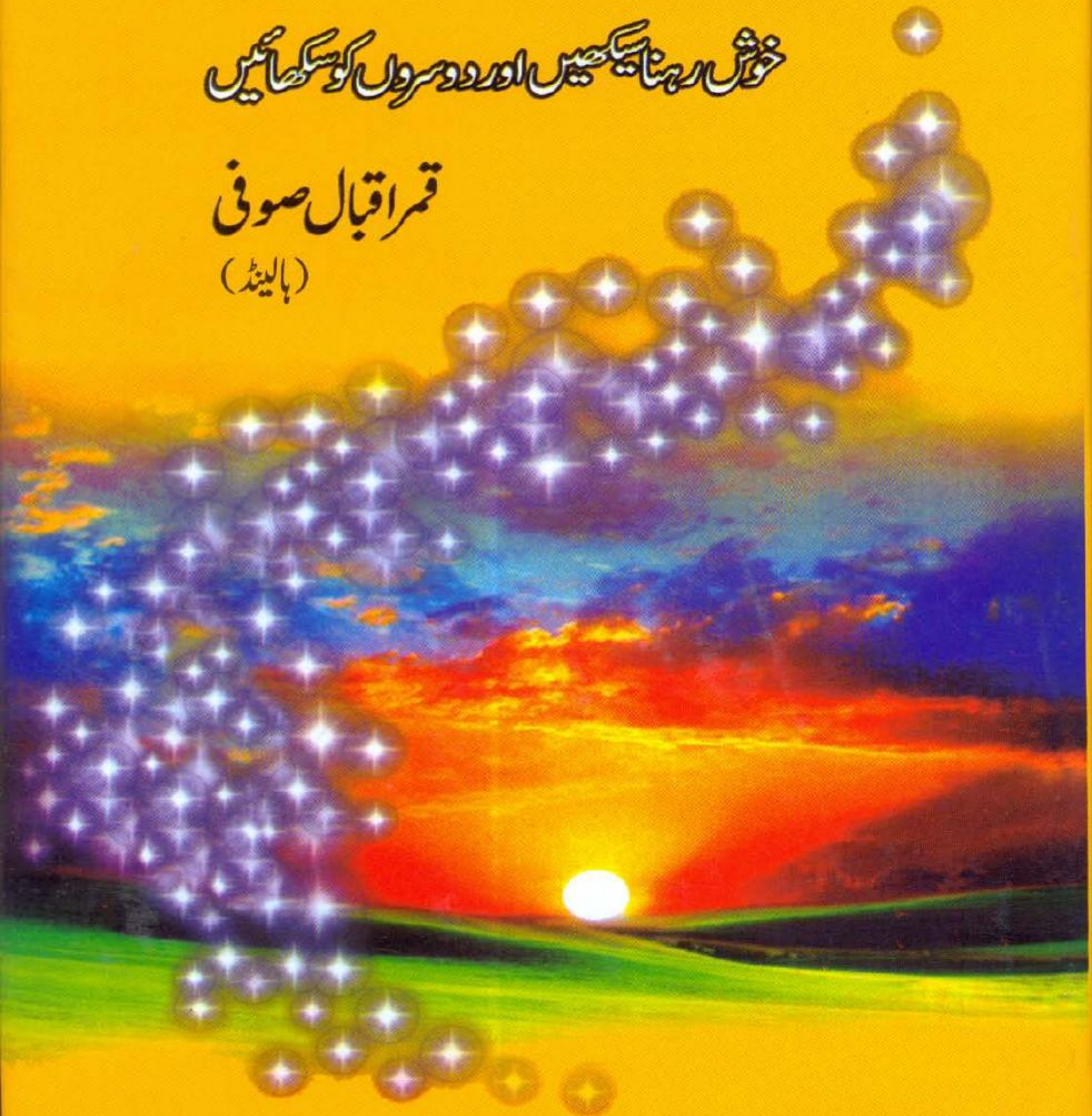


# اسرارِ روحانیت اور کامیاب زندگی

خوش رہنا سیکھیں اور دوسروں کو سکھائیں

قمر اقبال صوفی  
(ہالینڈ)





اسرار روحانیت

اور

کامیاب زندگی

قمر اقبال صوفی

حق پبلی کیشنز

2-A سید پلازہ چیمبر جی روڈ اردو بازار لاہور

فون: 33-042-37220631





یا اللہ تیرا شکر ہے  
”رحمتیں، برکتیں، وسعتیں“  
ناشر: عدیل حق، محمد اجمل

جملہ حقوق محفوظ ہیں!

پروڈکشن مینیجر : شہباز احمد شہباز

مارکیٹنگ : شہباز احمد شہباز 03017993805

لیگل ایڈوائزر : عامر وہاب اعوان (ایڈووکیٹ ہائی کورٹ)

مطبع : R.R. پرنٹرز

کمپوزنگ : انس کمپوزنگ، لاہور

خواہ صورت اور معیاری کتب چھوانے کے لیے رابطہ کریں۔

عدیل حق 03009422434

## انتساب

﴿اپنی پیاری بیوی﴾

## مشریقین قمر

کے نام



## فہرست

نمبر شمار	عنوانات	صفحہ نمبر
1	تعارف	11
2	صوفی سلسلوں کی ضرورت کیوں؟	16
3	مشرق و مغرب کی روحانیت	21
4	خوش رہنا کس طرح ممکن ہے؟	24
	زندگی میں ایک واضح مقصد ہونا	25
	مثبت سوچ ہونا	25
5	زندگی میں ایک واضح مقصد ہونا	29
6	مقصد کا حصول	35
7	انرجی کا اصول اور قسمت	38
8	قوموں کا عروج و زوال	45
9	تکوینی نظام اور برکت	49
10	استاد	52
11	صحیح طریقہ	53
12	کلچر	56
13	کلچر میں عجیب رواج	62
14	کلچر اور مغرب کی مشکلات	64
15	غربت و ناکامی کی وجہ اور اس کا علاج	72



یا اللہ تیرا شکر ہے  
رحمتیں، برکتیں، وسعتیں  
ناشر: عدیل حق، محمد اجمل

© 2012

حقوق محفوظ ہیں!

03017993805 شہباز احمد شہباز

ریجنل ایڈوائزر

مطبع

کپی رائٹر

350/-

03009422434



16	کیا برے لوگ زیادہ ہیں؟	75
17	شعور، صحت اور سٹرپس	78
18	تصوراتی طاقت (Visualization) کا صحیح استعمال	81
19	یقین (Faith) کا استعمال	86
20	فیتھ کے چند واقعات	101
21	حسن و خوبصورتی	104
22	موٹاپے کا حل	106
23	سدا جوان رہنا	113
24	انفرادی و اجتماعی ذہن اور روح	116
25	ذہانت	122
26	کتابی علم اور شعور	125
27	اکانومی	128
1- زمین		128
2- محنت		128
3- سرمایہ		128
4- انتظامیہ		128
28	مکافات عمل	133
29	کمانا ایک فن بچانا چار فن	136
30	زبان کا گھاؤ	147
31	جس دم	153

32	معلومات کے ذرائع	155
33	لا شعور اور نفسیاتی مسائل	158
34	یادداشت	164
35	E.Q اور I.Q	166
36	کردار میں اولیت چیک کریں	167
37	ہنسی مزاح	170
38	غربت اور انصاف	176
39	ذہن فریش رکھنا	181
40	دعا کی سائنسی توجیح	182
41	غلط رقم غلط وابہریش	183
42	ٹائم مینجمنٹ	184
43	خوش کون	186
44	اپنا خون بیچنا	187
45	انسان کا ارتقاء	188
46	وقت سے پہلے کی چیزیں	190
47	بوعلی سینا	191
48	ہوشیار لوگ	192
49	حضرت عمرؓ	193
50	مغربی اقوام	195
51	صحیح آئی کنٹیکٹ	199
52	نماز کے فوائد	201



53	کچھ روحانی مشاہدات	206
54	پاکستان کے ساتھ زیادتیاں	214
55	عقل اور اسلام	217
56	فزیبلٹی بنانا (Visualization)	220
57	پاکستان کے معدنی وسائل	222
58	سیاست پر بحث و مباحثے	225
59	دنیا کی معاشیات	226
60	اپنے کچھ واقعات	229
61	گھنٹی بجانا	238
62	انسان کی عجیب صلاحیتیں	240
63	غربت کا علاج	245
64	ارتقاء	247
65	عام آدمی اور کرامات	249
881	یقین کامل	249
091	زیادہ روحانی انرجی	250
191	ہمت	250
591	صحیح نیت	251
66	نہان ججمنٹ (Non Judgement)	253
67	بچوں کی تربیت	255
68	غلط بنیاد	257
69	ناامیدی کی وجہ	258

261	70 جسمانی کمزوری کا روحانی علاج
263	71 روح اور ذہانت کا تعلق
266	72 سکون پانا
267	73 گاؤں اور شہر کے لوگ
269	74 موٹیویشن (Motivation)
271	75 ذہن خالی رکھنا
273	76 اپنی شناخت بنائیں
276	77 نیند نہ آنا
278	78 عالم مثال
280	79 پختہ اور گہرا انسان
282	80 خود اعتمادی اور سپورٹس وغیرہ
284	81 خود کو کیش کروانا
286	82 روحانی علاج کا طریقہ
292	جادو کا علاج
294	83 دعا کی قبولیت کیوں نہیں ہوتی
296	84 روحانی علاج کی بہتر اور ایڈوانس صورتیں
298	85 کون سے ورد و اذکار کریں؟
302	86 انرجی لینا
305	87 سوشل پریشر
307	88 آئیڈیل شادی آسٹرالوجی کی مدد سے
312	89 مستقبل شناسی ممکن ہے یا نہیں؟



بسم اللہ الرحمن الرحیم

## تعارف

میری پہلی دونوں کتابوں ”روحانیت، دانش اور حقیقتیں“ اور پھر ”روحانیت اور شعور زندگی“ پر بہت بڑی تعداد میں قارئین نے بڑی دلچسپی کا اظہار کیا۔

عام زندگی سے سائیکالوجی تک کا فاصلہ تو مغربی نفسیات دانوں نے بڑی حد تک پر کر دیا ہے۔ مگر نفسیات (سائیکالوجی) سے روحانیت کے درمیان ایک کھلا میدان ہے۔ اس میں بہت سا خلاء ابھی باقی ہے۔ اپنی پہلی دونوں کتابوں میں میری کوشش اس خلاء کو بھرنے کی تھی اور اپنے قارئین سے مجھے جو فیڈ بیک ملی ہے اس کے مطابق انہوں نے اسے بڑی کامیاب کوشش قرار دیا ہے۔

بلکہ خاصے لوگوں کے کہنے کے مطابق انہوں نے ایسی کتابیں کبھی نہیں پڑھی تھیں۔ بہت سے قارئین کے کہنے کے مطابق ان کو موضوعات پر انگلش لٹریچر میں بھی کوئی ایسی کتاب نہیں ملی۔ یہ نہ صرف معلوماتی کتابیں تھیں بلکہ عام فہم اور ہر طرح سے قابل عمل بھی تھیں۔

بہت سے لوگوں نے ان کی مدد سے نہ صرف اپنی زندگی میں مثبت تبدیلیاں کیں بلکہ خاصی تعداد میں لوگ ان کتابوں کی مدد سے ذہنی، روحانی اور مالی طور پر بھی بڑی ترقی کر گئے۔ آگے کتاب میں ان میں سے کچھ کا ذکر کیا گیا ہے۔ یہاں پر میں صرف دو افراد کا واقعہ لکھنا چاہتا ہوں۔

2006ء کے موسم گرما کے آخری دنوں کی بات ہے میں پاکستان آیا ہوا تھا چند ماہ پہلے میری دوسری کتاب ”روحانیت اور شعور زندگی“ چھپ کر مارکیٹ میں آچکی تھی۔ میں اس وقت

- 317 90 کشف کا صحیح طریقہ کیا ہے؟
- 321 91 کشف میں رکاوٹیں
- 323 92 جھنجھلاہٹ سے لازمی بچیں
- 325 93 فیث کے باوجود کام نہ ہونا اور اس کا علاج
- 327 94 آمدنی اور خرچہ
- 329 95 مثبت سوچ کا شوق کم کیوں؟
- 330 96 سڑکیں سے لازمی بچیں
- 334 97 قرآن پاک با ترجمہ پڑھنا
- 336 98 پرویز لاہوری صاحب اور روحانیت
- 340 99 رحمانی یا شیطانی علم
- 344 100 روحانیت میں مختلف طریقے اور مسائل
- 358 101 روحانیت کا اہم ترین حصہ
- 362 102 روحانیت میں پہلا قدم اور سفر

- 249 103
- 250 104
- 251 105
- 252 106
- 253 107
- 254 108
- 255 109
- 256 110
- 257 111
- 258 112
- 259 113
- 260 114
- 261 115
- 262 116
- 263 117
- 264 118
- 265 119
- 266 120
- 267 121
- 268 122
- 269 123
- 270 124
- 271 125
- 272 126
- 273 127
- 274 128
- 275 129
- 276 130
- 277 131
- 278 132
- 279 133
- 280 134
- 281 135
- 282 136
- 283 137
- 284 138
- 285 139
- 286 140
- 287 141
- 288 142
- 289 143
- 290 144
- 291 145
- 292 146
- 293 147
- 294 148
- 295 149
- 296 150
- 297 151
- 298 152
- 299 153
- 300 154
- 301 155
- 302 156
- 303 157
- 304 158
- 305 159
- 306 160
- 307 161
- 308 162
- 309 163
- 310 164
- 311 165
- 312 166
- 313 167
- 314 168
- 315 169
- 316 170



اپنے بیدروم میں بیٹھا تھا، شام کے 6 بجے کا وقت ہوگا جب ہمارے ملازم نے نیچے بیٹھک میں ملاقاتیوں کا آنے کا بتایا۔ میں نیچے بیٹھک میں آیا تو وہ لوئی 30 برس عمر کے دونو جوان ملنے آئے ہوئے تھے۔ میں ان میں سے ایک کو پہلے کہیں ملا ہوا تھا مگر یہ یاد نہیں آرہا تھا کہ کہاں پر اور کس کے ساتھ ملا ہوں۔

میں نے ان سے سلام دعا کی اور چہرہ شناسا نو جوان سے ایسے ہی گول مول سی بات کی، کیا حال چال ہے، خاصے دنوں کے بعد ملاقات ہو رہی ہے۔

پھر ان دونوں سے کچھ رسمی سی باتوں میں جیسے موسم، سیاسی حالات وغیرہ میں مصروف ہو گیا کچھ دیر کے بعد وہی واقف نو جوان بولا ”مجھے آپ کی دوسری کتاب چاہیے لا کر دیجیے“ میں نے کہا ”بسم اللہ! کیا آپ نے میری پہلی کتاب (روحانیت، دانش اور حقیقتیں) پڑھی ہے“ وہ کہنے لگا ”اسی لیے تو میں دوسری مانگ رہا ہوں“

میں نے اس سے پہلی کتاب کے بارے میں رائے پوچھی کہ مجھے وہ نو جوان خاصا میچور اور سمجھدار محسوس ہوا تھا۔

اور وہ کہنے لگا ”سچی بات یہ ہے کہ جیسا کہ آپ کو معلوم ہے کہ میں نے ایم اے کیا ہے اور ایم۔ ایس۔ سی کر رہا ہوں اور چکوال کالج میں پروفیسر ہوں“ (یہاں پر مجھے یاد آیا کہ میں اسے کہاں ملا تھا)

ہم پروفیسروں کی عادت ہوتی ہے کہ ہم مختلف موضوعات پر گہری بات چیت، بحث و مباحثہ کرنے میں لگے رہے ہیں ہم یہ برسوں سے کر رہے ہیں اور اس میں ہمارا سب سے پسندیدہ (Favourite) موضوع روحانیت ہوتا تھا۔ ہم برسوں سے اس پر بات چیت اور بحث و مباحثہ کرتے رہتے تھے۔ اور گھنٹوں اس پر بحثیں کیا کرتے تھے ہمیں اس کا بڑا شوق تھا۔ مگر اس کی کچھ سمجھ ہی نہیں آتی کہ یہ کیا شے ہے جیسے دور بیٹھے اسے دیکھتے رہتے تھے۔ آپ کی کتاب پڑھنے کے بعد نہ صرف ہمیں اس کی صحیح سمجھ آ گئی بلکہ اس تک پہنچنے کی راہ بھی مل گئی ہے“

ان پروفیسر صاحب کا نام ملک فدا حسین ہے۔ میرے ایک مہربان دوست عماد الرسول صاحب (پرنسپل پروگریسو ماڈل سکول محلہ سر گوجرہ چکوال) مجھے اپنا واقعہ سنارہے تھے۔ انہیں میری کتاب 2001ء میں (جو اس وقت پہلی بار نئی نئی مارکیٹ میں آئی تھی) چکوال میں کشمیر بک ڈپو والے ملک صاحب نے دی اور اسے پڑھنے کو کہا۔ یہاں سے میں عماد الرسول صاحب کی زبانی یہ واقعہ سنا تا ہوں۔

”میں نے ملک صاحب سے کہا کہ میں قمر صاحب کو جانتا ہوں (اس وقت تک وہ مجھے پرانے قمر پہلوان قسم کی حیثیت سے جانتے تھے) مجھے اس کتاب سے کیا ملے گا۔ مگر ملک صاحب نے اصرار کیا تو میں نے وہ کتاب خرید لی۔ انہی دنوں میں زندگی میں پہلی بار امریکہ جا رہا تھا، مجھے دو ماہ کا ویزا ملا تھا۔ میں نے امریکہ جاتے وقت جہاز میں وہ کتاب پڑھنی شروع کر دی۔ مجھے وہ اتنی دلچسپ اور کارآمد لگی کہ امریکہ جا کر میں دوسرے سب کام چھوڑ کر اسے ہی پڑھتا رہا۔ میرے میزبان مجھ سے کہیں سیر وغیرہ پر جانے کا کہتے تھے مگر میں اسی کتاب میں ہی لگا رہتا تھا۔ امریکہ کے دو ماہ میں نے کتاب پڑھنے میں ہی لگا دیے۔ ادھر کتاب ختم ہوئی اور ادھر میرا امریکہ کا ویزا ختم ہو گیا۔ اور میں واپس پاکستان آ گیا۔“

(عماد الرسول صاحب نے یہ واقعہ میری دوسری کتاب ”روحانیت اور شعور زندگی“ کی تقریب رونمائی 2006ء میں پریس کلب چکوال میں اسٹیج پر بیان کیا)

انسان زمین پر اللہ کا خلیفہ (نائب) ہے۔ اس میں اللہ کی عطا کردہ بے شمار عجیب و غریب صلاحیتیں ہیں۔ پہلے پیغمبران کرام نے بھی معجزات کے ذریعے ان صلاحیتوں کا بتایا۔

پھر ہر دور میں ماہرین روحانیت اور صوفیائے کرام نے بھی کرامات کے ذریعے ان کا اظہار کیا۔ مگر موجودہ سائنسی دور میں ان کرامات کی تازہ داستانیں بہت کم سننے میں آرہی ہیں۔ کیا انسان اپنی یہ روحانی صلاحیتیں کھو چکا ہے؟

میرے ذاتی تجربات و مشاہدات جو مغربی روحانیت سے لیکر موجودہ دور پر محیط ہیں اور



اسلامی روحانیت میں 1991ء سے لیکر موجودہ دور تک ہیں۔

اس میں معلوم ہوا ہے کہ انسانی روح کی یہ صفات انسان میں آج بھی موجود ہیں۔ بلکہ انسان کی موجودہ عمر کی طوالت اور اس کے بیرونی علم میں اضافے کی وجہ سے زیادہ ہو چکی ہے۔ بہر حال یہ سفر ہی سفر ہے۔

پچھلی دو کتابوں میں مثبت سوچ، سیلف امپروومنٹ اور روحانیت پر بہت کچھ لکھا۔ لیکن پھر بھی بیچ میں کچھ نہ کچھ خلاء باقی رہ جاتا ہے۔ ان کتابوں کے بعد لوگوں سے فیڈ بیک ملی اور جو بھی خالی پہلو رہ گئے تھے اور اہم معاملات کی تشریح چاہیے تھی اس کتاب میں بالکل آسان طریقے سے موجود ہے۔

بہت سے ایسے سوالات جن کا واضح جواب پچھلی کتابوں میں دینے کا موقع نہ ملا اس کتاب میں قارئین کیلئے حاضر خدمت ہیں۔ بلکہ روحانیت کے کچھ بالکل نئے پہلو بھی یہاں بیان کر رہا ہوں۔ (آج سے کوئی انتیس برس پہلے میرا یہ سفر شروع ہوا اس میں مجھے سینکڑوں مختلف قسم کے روحانیت کے ماہرین جو مختلف مذاہب اور کلچرز سے تعلق رکھتے تھے سے ملنے اور ان سے معلومات تجربات اور مشاہدات کا تبادلہ کرنے کا موقع ملا۔)

اس کتاب میں لکھی گئی تمام معلومات بارہا کے تجربات میں صحیح ثابت ہوئی ہیں گودنیا میں صوفی صحیح تو اللہ کی ذات ہی ہے اس لیے انکو توجہ سے پڑھیں اسکے بعد آپ انشا اللہ ہر شعبہ زندگی میں انتہائی بلندیوں پر جا سکیں گے آپ ایک مکمل کامیاب اور بھرپور زندگی گزاریں گے۔

کتاب میں بظاہر دنیاوی کامیابی کے ہی طریقے نظر آ رہے ہیں مگر ہمارے موجودہ دور میں روحانیت میں ان کی اہمیت پہلے سے زیادہ ہو گئی ہے گو میرا اصل مقصد آپکو اسلام کی صحیح روح سے روشناس کرانا ہے۔

اس کتاب میں میری کوشش یہی رہی ہے کہ ہر ایک واقعہ سچا اور تصدیق شدہ ہوا لیکن اگر میری کسی بات پر کسی کی دل آزاری ہوئی ہے (چاہے روحانی یا فقہی طور پر) تو میں

اس پر معذرت خواہ ہوں۔ (گو میں نے اپنے طور پر جس طرح دین شریعت اور طریقت کو سمجھا ہے اسے پوری صاف نیتی اور دیانت داری کے ساتھ اس کتاب میں آپ کی خدمت میں پیش کر رہا ہوں)۔ اگر میں کہیں غلطی پر ہوں تو برائے مہربانی مجھ سے رابطہ ضرور کریں۔ اس کتاب میں بتائی گئی سب چیزیں پوری طرح قابل عمل ہیں۔

**QAMAR IQBAL**

**HARING PARKKERS STEEG-9 -1012LR**

**AMSTERDAM- HOLLAND**

**PHONE # 0031-20-6207335**

قمر اقبال صوفی معرفت کرئل چوہدری محمد اقبال

مکان نمبر 212/213، ایم سی بی، محلہ سرپاک چکوال



## صوفی سلسلوں کی ضرورت کیوں؟

وصی شاہ صاحب (معروف شاعر و پی ٹی وی کے پروگرام ”رات گئے“ 2007ء میں مجھے یہ سوال کیا تھا کہ جب اسلامی شریعت میں ہر طرح کی روحانی ترقی اور دوسرے سب بہتری کے طریقے موجود ہیں تو پھر صوفی سلسلے کی کیا ضرورت ہے؟

(جواب) اسلام میں واقعی ہر طرح کی ذہنی، جسمانی اور روحانی ترقی کے مکمل اور صحیح طریقے موجود ہیں، اسلام دراصل حقوق العباد اور حقوق اللہ کے مجموعے کا نام ہے۔ اس میں پہلے حقوق العباد ہیں اور دوسرے حقوق اللہ ہیں۔

اسلام کے دو مقاصد ہیں۔ پہلا مقصد ایک صالح معاشرے کا قیام ہے جس میں انصاف ہو، امن و امان اور ہر ایک کے جان و مال، عزت و آبرو کی حفاظت ہو، میرٹ پر چیزیں ملیں اور آپس میں پیار و محبت ہو۔ ہر ایک کو روٹی کپڑا وغیرہ ملے۔ حقوق العباد اسی لیے آئے ہیں، یہ دوسرے حقوق سے کئی گنا زیادہ اہم ہیں۔ (اس پہلے مقصد میں ایسے انسان تخلیق کرنا بھی شامل ہیں جو اس معاشرے کے دست و بازو بن سکیں۔)

حقوق اللہ میں توحید، نماز، روزہ، زکوٰۃ، حج، قرآن پاک پڑھنا اور عبادات و نوافل وغیرہ شامل ہیں۔ یہ انسان کی روحانی ترقی (بلکہ جسمانی اور ذہنی ترقی بھی) میں بے پناہ مددگار ثابت ہوتے ہیں۔ میں اپنی پچھلی دونوں کتابوں (روحانیت، دانش اور حقیقتیں اور روحانیت اور شعور زندگی) میں لکھ چکا ہوں کہ کس طرح اللہ کے نام اور قرآن کے دوسرے ورد خود بخود ہماری روحانی توانائی بڑھاتے ہیں کہ جو پیغام بھی آپ اپنے ذہن کو مسلسل دے رہے ہیں لاشعور سے تخلیق کرتا رہتا ہے انسان چونکہ زمین پر اللہ کا نائب ہے اس میں اللہ کا عطا کیا ہوا نور جاگنے لگ

پڑتا ہے۔ پھر وہ جو بھی کام کرتا ہے وہ کامیابی سے با آسانی اور خود بخود ہونے لگ پڑتا ہے پھر اس کے فوائد نہ صرف انسان کی اپنی زندگی میں بلکہ اس کے عزیز و اقارب اور پورے معاشرے میں جاتے ہیں۔ قرآن کی آیتوں کا ورد کرنے سے انسان کی جسمانی اور روحانی صلاحیتیں پوری طرح کام شروع کر دیتی ہیں اور انسان صحیح معنوں میں زمین پر اللہ کا نائب بن سکتا ہے۔ ان روحانی صلاحیتوں کے جاگنے کے بعد انسان ہر طرح کے بظاہر سپر نیچرل طاقتوں والے کام کر سکتا ہے۔ جیسے بیماریوں کا روحانی علاج، خفیہ چیزیں معلوم کر لینا، دعا کے ذریعے لوگوں کے مسائل حل کر لینا، موسم پر اثر انداز ہونا اسی طرح کے بیشمار کام روحانی انسان کر سکتا ہے۔

اسلام میں یہاں مسئلہ یہ ہوا کہ ملا حقوق العباد کی اہمیت نہ سمجھ سکا یا کم از کم صحیح طرح نہ سمجھ سکا اور حقوق اللہ کی تشریح بھی اس طرح کی کہ جیسے اگر پچاس ہزار نمازیں پوری ہو گئیں تو جنت کی ایک کھڑکی کھل جائے گی اور لاکھ پوری ہو گئیں تو جنت میں داخلے کا ٹکٹ مل گیا۔ ملا کی سب سے زیادہ توجہ دوسرے فرقے والوں کو بھٹکے ہوئے بلکہ کافر تک ثابت کرنے پر ہی رہی۔

دوسری طرف صوفی تھا جو ملا سے زیادہ ذہین تھا حقوق العباد کی اہمیت سے کافی حد تک واقف تھا، آپس میں پیار و محبت کا ہر وقت درس دیتا رہتا تھا۔ اس کو معلوم ہو گیا تھا کہ حقوق اللہ (نماز و نوافل اور قرآن پاک پڑھنے) سے کس طرح روحانی ترقی ہوتی ہے۔ اس نے ان سے پورا فائدہ لینے کی کوشش کی۔ ملا اسلام کے اس حصے (شریعت) پر ہی زور دیتا تھا جس کا تعلق روحانیت سے کم اور روزمرہ زندگی سے زیادہ تھا۔ جبکہ صوفی روحانی پہلو (طریقت) پر زیادہ زور دیتا تھا مگر روحانی ترقی کی مشقیں کرتے کرتے صوفی دوسرے مذاہب کے روحانی لوگوں سے کچھ اور چیزیں بھی اسلام میں لے آیا جیسے ترک دنیا، خود اذیتی، قبر اور پیر پرستی وغیرہ۔ صوفی کی روحانیت تزکیہ نفس سے شروع ہو کر انسان کی مخفی صلاحیتوں (سپر نیچرل پاورز) کو جگانے اور انہیں لوگوں کی مدد میں استعمال کرنے اور دوسروں کو یہ سکھانے پر مشتمل تھی ان میں سے کچھ صوفیاء نے شریعت پر بھی قابل تعریف کام کیا جیسے حضرت عبدالقادر جیلانی۔



ان سب چیزوں کے کچھ نہ کچھ روحانی فوائد تو ہوتے تھے جیسے تیاگ دنیا (اکیلے جنگل وغیرہ میں چلے جانا) میں اس دنیا کے کاموں اور دوسرے جھنجھٹوں میں سرکھپانے کے بجائے پوری توجہ ایک ہی چیز جیسے روحانی ترقی پر دے تو کم تو انائی خرچ کر کے زیادہ فوائد ملتے ہیں اور ان میں مہارت بھی ہو جاتی ہے۔ اکیلے اور خاموشی میں ایسا شخص اپنے اندر کی آواز بھی با آسانی محسوس کر سکتا ہے اور سن پاتا ہے۔ جو اپنے اندر کی آواز سن لے وہ دوسرے کے اندر کی آواز بھی سن سکتا ہے۔ تیاگ دنیا کو مستقل طور پر اختیار کر لینے کی اسلام میں ممانعت ہے۔ اسلام میں ماہ رمضان کے آخری دس دن (بلکہ پورا ماہ رمضان بھی) اعتکاف میں بیٹھا جاسکتا ہے۔ اور حج و عمرہ کی صورت میں یہی حکم دیا جاتا ہے۔ رات کے نوافل سے بھی پورے فوائد اسی معاشرے میں رہتے ہوئے حاصل کیے جاسکتے ہیں۔

اسی طرح خود اذیتی ہے جیسے پانی میں مہینوں کھڑے رہنا، کنویں میں ہفتوں الٹے لٹکتے رہنا، اس کا فائدہ یہ بھی ہوتا ہے کہ انسان کے اندر مخفی توانائی کے ذخائر کام کرنے لگ پڑتے ہیں۔ انسان کے اندر توانائی کے چار لیول ہوتے ہیں۔ پہلا عام انسان اور دوسرا سخت جسمانی ٹریننگ کے بعد اٹھلیٹ استعمال کر سکتے ہیں۔ تیسرے لیول پر انسان میں درجن بھر انسانوں کے برابر طاقت آ جاتی ہے (کبھی کبھار ہمارے ہاں اس کا مظاہرہ نفسیاتی مریضوں پر ”جن پڑنے“ کی صورت میں دیکھا جاسکتا ہے ایسا شخص پانچ چھ آدمیوں سے بھی قابو میں نہیں آتا)۔ چوتھے توانائی کے لیول میں انسان اپنے جسم سے باہر موجودہ کائناتی توانائی کو بھی ساتھ ملا کر استعمال کر سکتا ہے۔ دراصل انسان کائنات کی سبھی طاقتوں (خدا کے سوا) پر حاوی ہے۔ وہ کائنات میں اللہ کا خلیفہ ہے۔

تیسرے لیول پر توانائی کے ذخائر استعمال کرنے کیلئے روحانی مشقیں اور دروازہ کار ضروری ہیں۔ یہ توانائی جب ایسے انسان کی دوسری سب توانائیاں (پہلے اور دوسرے لیول کی جو سب انسانوں میں موجود ہیں) ختم ہوتی ہیں تو زندگی بچانے کے آخری حربے کا سمجھ کر کام شروع

کر دیتی ہیں۔

مگر اسلام میں خود اذیتی کی اجازت نہیں گوروزہ اور تہجد کے نوافل بہت فائدہ مند قسم کی جسمانی اور روحانی مشق ہے، کی اجازت ہے کہ یہ زیادہ مشکل نہیں ہوتے۔

اسی طرح پیر پرستی ہے

اس کی وجہ یہ ہے کہ مختلف روحانی صلاحیتیں (جیسے روحانی علاج اور کشف وغیرہ) ایک انسان سے دوسرے انسان میں منتقل ہوتی رہتی ہیں۔ جیسے جس جگہ پر ایک انسان ٹوٹی ہوئی ہڈیاں جوڑنے کا کام شروع کر دیتا ہے اس کے ساتھ بیٹھنے والے بھی کچھ عرصے میں یہ کام سیکھ کر خود بھی یہی کام شروع کر دیتے ہیں۔

اس صلاحیت کی منتقلی کیلئے ضروری ہے کہ انسان اپنے استاد (پیر، گوروز وغیرہ) سے ذہنی طور پر بہت متاثر (Impress) ہو اور اسی کے بارے میں سوچتا رہے، لگاتار ایسا سوچنے سے استاد کی صلاحیتیں شاگرد میں جاگنے اور منتقل ہونے لگ پڑتی ہیں۔ مگر اس میں بھی ہمارے ملک میں کاروباری پیروں نے (جن کی تعداد ہمارے ملک میں کم از کم پچانوے فیصد ہے) اسے مریدوں کے پیسے، جسم اور روح تک قبضے کا ذریعہ بنالیا۔

حالانکہ اللہ کے بارے میں سوچنے اور انسان کامل نبی برحق حضرت محمد ﷺ کے بارے میں سوچنے سے بھی اسی قسم کے فوائد حاصل کیے جاسکتے ہیں۔ صرف انسان کا اس سوچ پر یقین (Faith) صحیح ہو۔ (آپ تاریخ کی کسی بھی شخصیت کا تصور کر کے اسی وابہریشن سے مفید ہو سکتے ہیں جو کہ ایٹھر (امیر الہی) میں موجود ہے اور انسان فوت بھی ہو جائے اس کی وابہریشن کہیں نہ کہیں موجود رہتی ہے) اسی وابہریشن سے استفادہ ضرور ہوتا ہے پھر اندھے فیتھ کی وجہ سے ان سب ہستیوں کو زندہ مان لیا گیا کہ پھر وہ ہستیاں خوابوں میں بھی آنے لگیں وغیرہ وغیرہ۔

قبر پرستی کی اسلام میں ممانعت ہے مگر ہمارے مزاروں پر سینکڑوں برسوں کی قرآن خوانی کی وجہ سے کچھ روحانی اثرات جمع ہو جاتے ہیں اور ایسی جگہوں پر بہت سے روحانی اور نیم



روحانی لوگ اور شائقین بھی جمع ہوتے رہتے ہیں۔ جن میں بیٹھ کر انسان سکون محسوس کرتا ہے اور ان کے قریب سے بیرونی اور اندرونی طور پر بھی مستفید ہوتا ہے۔

پھر اندھا یقین جس چیز پر بھی ہو اس سے کچھ نہ کچھ فائدہ مل جاتا ہے، بت پرستوں کو بھی بتوں سے مل جاتا ہے۔ پاکستان میں ضعیف الاعتقاد مریدین کے ساتھ ان معاملوں میں قابل افسوس بات (Tragedy) یہ ہوتی ہے کہ اگر کچھ مل گیا تو وہ سمجھتے ہیں کہ یہ قبر والے کی بدولت ملا اور نہ ملا تو اس میں اپنا قصور ہے۔ ہمارا مقدر ہی ایسا تھا۔

اب صوفی، ملا کو اسی کم علمی، دوسرے فرقوں سے جھگڑے اور زندگی کو مشکل سے گزارنے پر ٹوکتا تھا تو ملا صوفی کو تیاگ دینا، خود اذیتی، قبر اور پیر پرستی سے روکتا تھا۔ اور دونوں اپنی اپنی جگہ پر صحیح تھے۔

ان دونوں میں سے بڑی اکثریت یہی کر رہی تھی، کچھ صحیح اور راسخ العقیدہ عالم دین اور صوفی صحیح پیغام بھی دے رہے تھے لیکن ان کی تعداد بھی بہت کم تھی۔

اسلامی تصوف، اسلام کے اصولوں (قوانین) کے اندر رہ کر روحانی ترقی پانے کا نام ہے۔ کچھ ایسی مشقیں ہیں جو انسان کے لیے فائدہ مند ہیں جن کا بظاہر اسلام میں کوئی حکم نہیں ہے۔ مگر ان کی ممانعت بھی نہیں ہے جیسے سانس کی مشقیں۔ ایک مسلمان انہیں کر سکتا ہے کم از کم یہ صحت کے لیے بہت اچھی ہوتی ہیں اور جو چیز بھی صحت کے لیے اچھی ہو اسے کرنا اسلام میں نیکی میں آتا ہے۔ گواپنا وقت ضروری کاموں پر صرف کرنے کا حکم ہے اور وقت کے ضیاع سے بھی منع کیا گیا ہے کہ ہر وقت ایسی مشقوں میں ہی نہیں لگا رہنا چاہیے۔ ہر قسم کی ایڈکشن سے بھی اسی وجہ سے منع کیا گیا ہے۔

بس بیلنس ہو کر چلیں، نہ یہ انتہا نہ وہ۔

(ٹی وی پر وقت کی کمی کی وجہ سے یہ جواب مختصر طور پر دیا گیا تھا، یہاں تفصیلاً جواب درج کر دیا گیا ہے)۔

## مشرق و مغرب کی روحانیت

(وصی شاہ صاحب) مشرق و مغرب کی روحانیت میں کیا فرق ہے؟

(جواب) پہلے مغرب میں لوگوں کی کچھ تعداد مشرق کی طرح کی روحانیت میں تھی کہ وہ اندرونی صلاحیتوں کی مدد سے لوگوں کی جسمانی امراض کا علاج کرنے، حالات بتانے (کچھ صحیح، کچھ غلط) اور لوگوں کو بہتر زندگی گزارنے کے طریقے وغیرہ بتانے میں لگے رہتے تھے۔ مگر آج کل مغرب کی روحانیت صرف Self Improvement تک محدود ہوتی جا رہی ہے۔ اب وہاں کی روحانیت کم سے کم انرجی خرچ کر کے زیادہ سے زیادہ کامیابی (اکثر مالی) اور ساتھ زندگی آسانی سے گزارنے کے طریقے بتانے پر ہی مشتمل ہے۔ گو مغرب خصوصاً امریکہ میں روحانیت (اسے سائیکالوجی یا کوئی بھی نام دے دیں) کی اس قسم پر قابل تعریف کام ہوا ہے۔ امریکہ میں اس کام میں پرانے ناموں میں نیولین مل اور نئے ناموں میں اینتھونی رابنز نے اس پر قابل ستائش کام کیا ہے۔

زندگی کو آسانی سے گزارنا ہماری بھی روحانیت کا (بلکہ شریعت کا بھی) لازمی حصہ ہے۔ مگر مغرب والے اب جہاں بھی لفظ یقین کامل (Faith) آتا ہے وہاں پر اس کی جگہ یقین کرنا (Believing) لگا کر بات کا رخ ہی موڑ دیتے ہیں۔ وہ خود اعتمادی کو سمجھ چکے ہیں وہ یقین کرنا (Believing) اور اسے تبدیل کرنا بھی سمجھ اور سیکھ چکے ہیں۔ مگر یقین کرنا خود اعتمادی اور یقین کامل (Faith) کے درمیانی فاصلے کو وہ پُر (Cover) نہیں کر پارے اور وہ اسے کبھی Cover بھی نہیں کر پائیں گے۔ اس کی ایک بڑی وجہ یہ ہے کہ وہ انسان سے اوپر کسی بھی چیز (جو ہمارے عقیدے میں اللہ ہے) کو نہیں مانتے یا کم از کم اندرونی طور پر نہیں مانتے۔ اگر کوئی ایسا نہیں مانتا تو پھر وہ ان چیزوں کی صلاحیتوں کو کیسے استعمال میں لائے گا۔ ہمارا لاشعور یقین کرنے



(Believing) کے اصول پر ہی کام کرتا ہے کہ جو کچھ یہ یقین کر لیتا ہے اسے تخلیق کرنا شروع کر دیتا ہے مگر بڑے قسم کے روحانی کاموں جیسے لاعلاج بیماریوں کے علاج، بارش کرانے یا روکنے، کسی کے رُکے ہوئے کام کرنے میں آپ کو یقین کامل ایمان (Faith) کی ضرورت ہوتی ہے۔

ہمارے ملک میں جو لوگ ان چیزوں پر یقین نہیں کرتے ان کے لیے عرض یہ ہے کہ میں یہ سب چیزیں خود اپنی آنکھوں سے بارہا ہوتی دیکھ چکا ہوں اور اس معاملے میں اپنا شک مکمل طور پر دور کر چکا ہوں۔

ایسا یقین دلیل (Logic) کے قابو سے آزاد ہوتا ہے اور مغرب والوں کے یقین کو ان کی (Logic) نے قید کر دیا ہے۔ انہیں یہ سمجھ نہیں آتا کہ لاعلاج بیماریاں کس طرح صحیح ہو سکتی ہیں۔ اور انسان اپنی قوت ارادی استعمال کر کے اپنے رُکے ہوئے اور بظاہر ناممکن کام تو کر سکتا ہے۔ لیکن کسی دوسرے کے اسی طرح کے مشکل کام کیسے کیے جاسکتے ہیں (دعا اور ورد وغیرہ کی مدد سے)۔ اسی وجہ سے ان کا یقین Believing (مان لینے) تک ہی محدود رہ گیا ہے۔ آجکل ان کی موجودہ روحانیت وغیرہ سے متعلقہ کتابیں صرف مان لینے (Believing) تک محدود ہو کر رہ گئی ہیں۔ میں نے مغرب کے بھی اچھے اور مشہور اس موضوع پر لکھنے والوں کو پڑھا ہے اور ان میں یہی دیکھا ہے کہ جہاں بھی یقین کی بات شروع ہوتی ہے وہ اسے Believing تک ہی محدود کر دیتے ہیں۔ یقین کامل (Faith) ان کی سمجھ سے باہر کی بات ہے۔ خود میں نے نہ صرف Faith (یقین کامل) کا استعمال بتایا ہے بلکہ اسے پانے کے بھی آسان اور یقینی طریقے بھی بتادیئے ہیں۔

اسلام کی روحانیت میں بات یقین سے شروع ہو کر عین یقین سے ہوتی ہوئی حق یقین (یقین و ایمان کامل) پر جا کر ختم ہوتی ہے۔ اگر آپ یقین کامل سے ناواقف ہیں تو روحانیت میں آپ زیادہ سے زیادہ نیم خواندہ ہی بن جائیں گے۔ اسلام کی روحانیت کا شروع ہی یقین کامل (Faith) و توکل الی اللہ کے حصول کی طرف کا کام ہوتا ہے۔

مغرب و مشرق دونوں کی روحانیت میں ایک چیز یکساں ہے وہ یہ ہے کہ انسانی جسم اور

ذہن میں موجود توانائی (Energy) کو استعمال کر کے زندگی کو آسان بنانا لیکن اس میں اصلی روحانیت کا کام اور چیز ہے اور اس کی عام لوگوں تک منتقلی اور چیز ہے۔

اس میں مغرب والے ایک کام ہم مسلمانوں سے بہتر طریقے سے کر رہے ہیں وہ ہے لوگوں کو خود اس قابل کرنے کی کوشش کہ وہ اپنی مشکلات کا حل خود ہی ڈھونڈ سکیں۔ پھر انہوں نے خود کلامی (Auto-Suggestion) اور (Neuro Linguistic Programming) NLP پر بھی خاصا مفید کام کیا ہے وہ یہ کام پوری دیانتداری کے ساتھ کر رہے ہیں۔ مگر ہماری طرف ہمارے روحانی رہنماؤں (پیروں وغیرہ) کی بہت بڑی اکثریت لوگوں کو روحانی معاملوں میں زیادہ سے زیادہ جاہل رکھنے کی کوشش میں لگی رہتی ہے تاکہ وہ ہر کام کیلئے ان کے پاس آیا کریں اور ان کی جیبیں بھرا کریں۔ ان جعلی روحانی رہنماؤں کی یہی کوشش ہوتی ہے کہ وہ ہر حالت میں اپنے مریدین کی جیب، جسم اور روح تک پر قابض رہیں۔

مغرب والے اپنی روحانی توانائی (جسم، روح اور Soul میں موجود) کو بڑھانے کیلئے صرف Concentration اور سانس وغیرہ کی مشقیں کرتے ہیں۔

ہمارے یہاں کنسنٹریشن وغیرہ کی مشق کیساتھ ساتھ پیر یا گورو سے انرجی لینا اور ورد و اذکار کی مدد سے انرجی بڑھانا کیا جاتا ہے جو کہ زیادہ یقینی، مکمل اور فائدہ مند طریقے ہیں۔ (آگے اس کتاب میں ان پر تفصیلی بات ہوگی)



## خوش رہنا کس طرح ممکن ہے؟

پی ٹی وی کے پروگرام میں مجھ سے سوال کیا گیا کہ آج کل کی دنیا میں خوش رہنا کس طرح ممکن ہے۔

(جواب) میں یہاں پر دو ایسی باتیں اور اصول بتانے لگا ہوں جن پر عمل کر کے نہ صرف آپ خوش اور صحت مندرہ سکیں گے بلکہ مالی کامیابی کے ساتھ دلی سکون بھی آپ کا ہوگا۔

ہمارے ملک میں بہت بڑی اکثریت کا یہ خیال ہے کہ اگر ان کے پاس کھلا پیسہ ہو تو وہ بہت خوش ہو جائیں گے۔ حضرات! اس خیال میں تھوڑی سی صداقت اور بہت بڑی غلط فہمی موجود ہے۔ پیسے کی اہمیت اپنی جگہ پر ضرور ہے مگر اس کا استعمال انسان اگر غیر حقیقی خواہشوں کی تکمیل میں نہ کرے تو تب ہی وہ سکون اور خوشی میں کہہ سکتا ہے۔ غیر فطری خواہشیں (میش و عشرت کی زندگی) ہی ہماری بے چینی کا اصل سبب ہیں۔

پیسہ آپ کو آرام دہ بستر تو دے سکتا ہے مگر آرام دہ نیند نہیں۔

پیسہ آپ کو اچھا سکول تو دے سکتا ہے مگر تعلیم نہیں۔

پیسہ آپ کو اچھا ڈاکٹر تو دلا سکتا ہے مگر صحت نہیں۔

گو پاکستان میں پچھلے ساٹھ سالہ حالات میں پیسے والے ہی بظاہر خوش نظر آتے ہیں بلکہ ہر کوئی ان کی عزت بھی کرتا ہے مگر درحقیقت پیسہ آپ کی خاصی مادی ضرورتیں پوری کر دیتا ہے مگر خوشی اور دلی سکون نہیں دے پاتا۔ اور عزت کا مطلب بھی خوشی نہیں ہے۔ پیسے کی سب سے بڑی اہمیت یہ ہے کہ یہ آپ کے وقت کو آزادی دیتا ہے کہ آپ اسے مرضی سے استعمال کر لیں۔ مگر یہ بھی باشعور انسان ہی صحیح طریقے سے کرتے ہیں۔

خوشی کیلئے آپ کو صحیح ذہنی رویہ اختیار کرنا ہوگا۔ آپ کو یہ رویہ ہی خوش رکھ سکے گا۔

دوسرے لفظوں میں آپ کو خوش رہنا سیکھنا پڑے گا۔ اور اگر آپ بل گیش (دنیا کا امیر ترین آدمی) بھی ہیں اور آپ خوش نہیں ہیں تو آپ غریب ہیں۔

اس میں اہم ترین باتیں دو ہیں۔

۱۔ زندگی میں مقصد ہونا۔

۲۔ مثبت سوچ ہونا۔

زندگی میں مقصد ہونا:-

خوشی کیلئے آپ کی زندگی میں مقصد ہونا بڑا ضروری ہے۔ اگر آپ کی زندگی میں کوئی ایک واضح مقصد (Goal) نہیں ہے تو آپ ادھر ادھر اور اپنی محرومیوں (Complexes) کی تسلی کیلئے پیسہ، عمر اور توانائی ضائع کرتے پھریں گے اور کوئی کامیابی نہیں حاصل کر پائیں گے۔

خوشی کیلئے آپ کا صحیح معنوں میں جسمانی اور ذہنی توانائی میں ہونا بڑا ضروری ہے۔ کم توانائی والا بہت کم ہی ہنس کھیل پاتا ہے۔ زندگی میں ایک مقصد ہونا آپ کو بے پناہ توانائی بھی دیتا ہے۔ جو خوش رہنے کیلئے بڑی ضروری ہے۔

اسکی ایک مثال اس طرح ہے کہ سامنے موجود یہ درخت، یہ کھمبا، یہ گلی اگر آپ فریش اور توانائی سے بھرپور ہوں تو خوبصورت اور روشن نظر آئیں گے اور اگر آپ تھکے ہارے اور کمزوری میں ہیں تو یہ نظارہ آپ کو تاریک، مایوس کن اور اداس لگے گا۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ خوشی کیلئے انسان کا توانائی سے بھرپور ہونا ضروری ہے۔

زندگی میں مقصد ہونا آپ کو بہت زیادہ توانائی دیتا ہے۔

مثبت سوچ ہونا:-

منفی سوچ انسان کی تمام توانائی کھا جاتی ہے اور مثبت سوچ آپ کو نہ ختم ہونے والی توانائی دیتی ہے۔ منفی سوچ کا مطلب عام لوگ چوری، فراڈ، رشوت اور تشدد وغیرہ ہی لیتے ہیں مگر اس کا مطلب ان چیزوں تک محدود نہیں ہے بلکہ ہر وہ سوچ جو آپ کو کمزوری، ناکامی یا اداسی کی



طرف لے جائے وہ منفی سوچ ہے۔

مثلاً اس دنیا کو مری جگہ سمجھنا منفی سوچ ہی ہے، ایسی سوچ رکھنے والا شخص اگر مالدار بھی ہے تو کسی پر ذرا برابر بھروسہ نہیں کرتا اور جو بھی اس کے پاس آتا ہے وہ اس کے خیال میں کسی مطلب کیسے ہی آتا ہے۔ آنے والا چاہے اچھی نیت سے آیا ہو۔

آنے والا اس شخص کی حرکات و سکنات سے بھانپ لیتا ہے کہ یہ مجھ پر شک کرتا ہے یا مجھے پسند نہیں کرتا اور وہ دوسری بار اس سے ملنے نہیں آتا۔ اس طرح ایسا شخص اپنے آس پاس کے لوگوں پر شک کر کر کے اپنے ساتھ اچھے لوگ جمع نہیں کر سکتا بلکہ اپنے دوستوں پر بھی شک کر کے انہیں خود سے دور کر دیتا ہے۔

دوسری طرف مثبت سوچ رکھنے والا اس دنیا کو اچھی جگہ جانتا ہے اور وہ اپنے پاس آنے والوں پر شک نہیں کرتا بلکہ انہیں پسند کرتا ہے۔ اس کے پاس آنے والا ہر شخص اس کا دوست بن جاتا ہے۔

اصل میں ہم اکیلے خوش رہ ہی نہیں سکتے ہمارے آس پاس اچھے دوست و احباب کا حلقہ ہونا ضروری ہے اب اوپر بیان کردہ پہلے شخص کو پاکستان میں موجود خاصے لوگ بڑا تیز اور ہوشیار آدمی کہیں گے جبکہ اصل میں وہ بیوقوف ہوتا ہے۔ اور آہستہ آہستہ ہر آدمی سے (بلکہ آخر کار بیوی بچوں تک سے) کتنا چلا جاتا ہے۔

اور دوسرے بیان کردہ آدمی کو ہمارے یہی لوگ سیدھا اور احمق کہیں گے مگر خوش ایسا انسان ہی رہ سکتا ہے۔ صرف اسے چاہیے کہ اس سوچ کو عقلمندی کے ساتھ استعمال کرے۔

یہاں میرا مسخرہ اور قنوطی دوست قلندر ایک نعرہ لگانے کے بعد بڑی صحیح بات کہہ رہا ہے کہ اس سوچ کو عقلمندی کے ساتھ استعمال کرنے کا مطلب یہ ہے کہ مرد اپنی جیب دوسروں سے ذرا بچا کر رکھیں اور لڑکیاں اپنی جیب اور جسم دونوں۔

پھر ایسی سوچیں سوچتے رہنا کہ آپ کو زندگی میں ناکامیاں، مشکلات اور اداسیاں ہی

ملیں گی۔ بہت بڑی منفی سوچ ہے۔ ایسے سوچنے والے اگر یہ سوچنا ختم نہ کریں تو انہیں یہی کچھ ملے گا۔

ذہن میں جو سوچ بھی آپ زیادہ وقت گھماتے ہیں لا شعور اسے ہی تخلیق کر لیتا ہے۔ اور جو سوچ بھی آپ گھماتے رہتے ہیں وہ آپ کی عادت بن جاتی ہے۔ آپ کو چاہیے کہ ذہن میں خوش رکھنے والی اور مثبت سوچیں ہی لائیں اور ہر روز چند منٹ شیٹے کے سامنے کھڑے ہو کر مسکرائیں پھر آپ کو خوش رہنے کی عادت پڑنے لگ پڑے گی۔ یقین کیجئے اداس یا خوش رہنا ایک عادت ہی ہوتی ہے اور اسی طرح یہ سوچتے رہنا کہ مجھے زندگی میں کامیابیاں، آسانیاں اور خوشیاں ہی ملیں گی مثبت سوچ ہے ایسا سوچنے والے کو کامیابیاں اور خوشیاں ہی ملیں گی۔

اوپر بیان کردہ دونوں چیزیں یعنی مثبت سوچ اور زندگی میں ایک واضح مقصد ہونا ناصرف آپ کو بے پناہ ذہنی اور جسمانی انرجی دیں گے جو خوش رہنے کیلئے اشد ضروری ہے بلکہ ان پر عمل کر کے آپ کا مالی مسئلہ بھی با آسانی حل ہو جائے گا کہ یہی دونوں چیزیں مالی کامیابی کیلئے اہم ترین اور کافی ہیں۔ باقی یہاں پر خوشی کیلئے اخلاقیات کا انسائیکلو پیڈیا بھی لکھا جاسکتا ہے۔

اس کے بعد کچھ ایسی چیزیں ہیں جن کی تفصیل میں، میں یہاں پر چاہتا نہیں، چاہتا ہوں مثلاً کہ جو آپ کے پاس موجود ہے اس پر خوش ہونا سیکھیں اور جو چیز آپ کی زندگی کو مزید بہتر بنا سکتی ہے اس کی تلاش بھی جاری رکھیں یہی قناعت کا صحیح مطلب ہے۔ آدھا بھرا ہوا گلاس دیکھیں نہ کہ آدھا خالی۔ کہ خوش وہی ہے جو اپنے پاس موجود چیز پر خوش ہے۔

اسی طرح ضرورت سے زیادہ حساسیت خوشی کی بڑی دشمن ہے۔ اپنی انا کو اتنا حساس بنا لینا کہ آس پاس کے لوگوں کی چھوٹی چھوٹی باتیں اسے زخمی کر سکتی ہیں۔ ایسے اشخاص کو اپنی کھال تھوڑی موٹی کر لینی چاہیے۔ انہیں اپنے اوپر ہنسنا سیکھنا چاہیے پھر حساسیت ان کا نقصان نہیں کرے گی۔ حساسیت کو بھی اگر درست سمت میں استعمال کیا جائے تو پھر اکثر ایسے نوجوان جینٹلس بن جایا کرتے ہیں۔



## زندگی میں ایک واضح مقصد ہونا

دنیا میں ہر انسان کے اندر خدا نے اتنی انرجی (طاقت و نور) رکھ دی ہے کہ وہ اپنی زندگی میں با آسانی کامیاب ہو سکتا ہے۔ اس کے باوجود اگر آپ کو کچھ لوگ زندگی میں ناکام نظر آتے ہیں تو اس کی سب سے بڑی وجہ (عموماً واحد وجہ) یہ ہوتی ہے کہ ان کی زندگی میں کوئی واضح مقصد (Goal) نہیں ہوتا۔ یا پھر ایک وقت میں کئی مقاصد ہوتے ہیں۔

جو آدمی بھی ایک وقت میں تین چار مقاصد پر کام کر رہا ہوتا ہے اس کی ناکامی یقینی ہی سمجھیں۔

اور اگر کوئی شخص ایک واحد مقصد پر مستقل مزاجی سے کام کر رہا ہے تو اس کی کامیابی میں چاہے کچھ دیر لگ جائے مگر کامیابی یقینی ہوتی ہے۔

ایک وقت میں کئی مقاصد پر کام کرنے کے اور بھی بہت سارے نقصانات ہیں۔ کہ اگر آپ چار مقاصد پر اکٹھے کام کر رہے تو آپ اکثر ایک کام کر ستر فیصد کرنے کے بعد چھوڑ کر پھر کسی اور نئے مقصد پر کام شروع کر دیتے ہیں۔ تو وہ کیا ہوا کام (وقت و جدوجہد) ضائع ہو جاتی ہیں۔ پھر اس نئے شروع ہونے والے کام کے ساتھ بھی ہم وہی کچھ کرتے ہیں۔

اس طرح کئی مقاصد پر اکٹھے کام کر کے ہم نہ صرف ان میں ناکام رہتے ہیں بلکہ اپنی خود اعتمادی اور اپنا یقین بھی کھونے لگ پڑتے ہیں۔

دنیا میں خود اعتمادی سے محروم لوگوں کی اس کمزوری کی وجہ عموماً یہی ہوتی ہے کہ ان کی زندگی میں کوئی واضح مقصد نہیں ہوتا۔

ایک اور مسئلہ یہ ہوتا ہے کہ کسی کام میں کچھ مہارت حاصل ہونے کے بعد انسان اس سے پیچھے آنا نہیں چاہتا۔

ڈر و خوف بھی منفی سوچ میں آتا ہے پھر یہ خوشی کا بھی بہت بڑا دشمن ہے۔ مثبت سوچ کی موجودگی میں ڈر بہت ہی کم آیا کرتا ہے۔

خوشی کے ساتھ ساتھ ہمیں اندرونی سکون بھی چاہیے جو کہ صرف سیدھے راستے (نیکی، سچائی اور پیار کے راستے) پر ہی ممکن ہے ورنہ ساری دنیا سے آپ کی لڑائی (کھلی یا خفیہ) نہ ہو گی۔

اندرونی اطمینان اللہ سے لو لگا کر با آسانی حاصل ہو سکتا ہے۔ یعنی نماز و عبادات اور نیک کام کیے جائیں۔ کم از کم دینی اصولوں کی پاسداری کی جائے۔ اگر احساس گناہ، پشیمانی، شرمندگی قسم کے ماضی کے واقعات ضمیر پر بوجھ ہوں تو سچی توبہ کر کے ان سے ایک ہی بار میں چھٹکارا پایا جاسکتا ہے۔

صبر ہونا بھی مثبت سوچ میں آتا ہے

صبر کے بہت سے مطالب لیے جاتے ہیں مگر اسلام میں صبر کا مطلب دل نہ چھوڑنا اور مستقل مزاجی اور منظم طریقے سے جدوجہد کیے جانا ہے۔

اگر آپ اوپر درج کردہ ہدایات پر عمل کریں گے تو نہ صرف آپ مکمل طور پر خوش اور اندرونی سکون کے ساتھ زندگی گزاریں گے بلکہ ایک بہت اہم مسئلہ وہ بھی حل ہو جائے گا۔ وہ ہمارے ملک میں معاشی مسئلہ ہوتا ہے۔ آپ اس مسئلے کو با آسانی حل کر سکتے ہیں بلکہ آپ اس میں جتنی بڑی کامیابی چاہیں حاصل کر سکتے ہیں۔ زندگی میں ایک واحد مقصد اور پھر مثبت سوچ رکھنے والا شخص چاہے ملازمت پیشہ ہو یا کاروباری جس لائن میں بھی ہو ہمیشہ کامیابی اس کے قدم چومتی ہے۔ ایسا شخص چاہے غریب ترین ماحول میں پلا بڑا ہوا سے بڑی معاشی ترقیوں سے دنیا کی کوئی طاقت نہیں روک سکتی۔

زندگی میں ایک واضح مقصد ہونا اور مثبت سوچ ہونا آپ کو بے پناہ اور نہ ختم ہونے والی انرجی دیتے ہیں اور زیادہ انرجی خوش رہنے کیلئے اشد ضروری ہے۔



حالانکہ ہم ایک وقت میں چار مقاصد کو حاصل کرنے کے بجائے ایک ہی لائن میں مہارت پیدا کریں۔ اور اسے کارآمد اور Productive Level پر لے جائیں تو پھر باقی چاروں چیزیں بھی ہمیں مل جائیں گی۔ ایک چیز یا شعبہ میں صحیح مہارت حاصل کرنے والا دوسروں کی ضرورت بن جاتا ہے اسی وجہ سے زیادہ معاوضہ لینا بھی اس کا حق ہوتا ہے اور پھر وہ اسی شعبہ میں دوسروں کی رہنمائی بھی کر سکتا ہے۔

چاروں شعبوں میں بیک وقت کام کرنے والا ایسا نہیں کر پاتا۔ قوت ارادی کی کمزوری کی وجہ بھی یہی ہوتی ہے کہ کوئی ایک واضح مقصد سامنے نہیں ہوتا۔ اس کے نتیجے میں قوت ارادی مختلف مقاصد میں تقسیم ہو جاتی ہے۔ (یہ مختلف مقاصد دراصل ہماری خواہشات ہوتی ہیں)۔ اکثر لوگوں میں سستی کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ ان کے مقاصد بے کار ہوتے ہیں یعنی ایسے مقاصد جو ان میں جوش و ولولہ جنم نہیں دے سکتے۔

ایک شعبے میں مصروف رہنے والا اس میں پوری مہارت حاصل کر لیتا ہے۔ اور دوسروں کی ضرورت بن جاتا ہے۔

زندگی میں مقصد ہونا اتنا ضروری ہے کہ مقصد کی عدم موجودگی میں تاریخ میں آج تک کوئی بھی انسان کتنا ہی ذہین (Genius)، باصلاحیت اور بہادر کیوں نہ ہو کوئی بڑا کام نہیں کر پایا۔

ماضی میں امریکہ کی ہاروڈ یونیورسٹی میں ایک تحقیق کی گئی جس میں نو جوانوں سے ان کی زندگی کا مقصد پوچھا گیا۔ اس کے دس برس کے بعد جب دوبارہ ان نو جوانوں سے رابطہ کیا گیا تو نتائج حیران کن تھے۔ دس سال پہلے وہ نو جوان جنہیں زندگی کا مقصد معلوم تھا وہ سب کے سب دوسرے مقصد نہ معلوم ہونے والے نو جوانوں کی نسبت دس تا پچاس گنا زیادہ مالدار تھے۔

ڈپریشن کا علاج بھی زندگی میں مقصد ہونا ہے۔ یہ وہ بیماری ہے جس کا شکار آج کل اکثر نو جوان ہو رہے ہیں۔ مقصد کی موجودگی میں ڈپریشن کی کوئی جگہ نہیں رہتی۔

ایڈکشن (نشے، ہیروئین وغیرہ) میں مبتلا نو جوانوں کی زندگی میں کوئی مقصد نہیں ہوتا۔ آپ کو جتنے بھی نو جوان ان نشوں میں مصروف نظر آئیں گے ان سے پوچھیں ان کی زندگی کا کوئی مقصد نہیں ہے۔ دوسرے لفظوں میں ان کے بزرگ بھی انہیں کوئی مقصد دینے میں ناکام رہے ہیں۔

یورپ میں موجود پاکستانیوں کی تیسری یا چوتھی نسل کی بگڑ جانے کی بھی یہی وجہ ہے کہ ان کے ماں باپ انہیں بھی مقصد دینے یا کسی مقصد میں لگانے میں ناکام رہے ہیں۔ مقصد ہونا اس لیے بھی ضروری ہے کہ اگر آپ کا کوئی ایک (Goal) نہیں ہے تو پھر کوئی فضول سا مقصد آپ پر سوار ہو جائے گا۔ اور آپ کو اس وقت ہی چھوڑے گا جب کہ دوسرا بیکار سا مقصد اس کی جگہ لینے نہیں آجائے گا۔

اسلام نے آخری زندگی کی تیاری میں ایک بڑا اچھا، اہم اور حتمی مقصد دیا ہے۔ قرآن پاک میں لکھا ہے اور دنیا کی زندگی تو کھیل اور تماشا ہے اور ہمیشہ کی زندگی (کا مقام) تو آخرت کا گھر ہے کاش یہ لوگ سمجھتے (سورۃ العنکبوت ۶۴) مگر یہ زندگی کا حتمی مقصد (Purpose) ہے۔ دوسرا مقصد (Goal) بھی ہمیں لازمی چاہیے۔

آپ کو چاہیے کہ آج ہی اپنی زندگی کا مقصد چیک کریں، اپنے موجودہ حالات (مالی، تعلیمی، معاشرتی) کو دیکھ کر یہ فیصلہ کریں کہ آپ کی اولیت (Priority) کیا ہونی چاہیے۔ آپ وہی اپنا مقصد بنائیں۔

مثلاً ایک طالب علم کیلئے اس کی تعلیم اعلیٰ درجوں میں مکمل کرنا ہونی چاہیے۔ ہمارے ملک میں ایک معاشی طور پر کمزور گھرانے کے نو جوان کیلئے باعزت روزگاریا کاروبار کا حصول ایک اچھا مقصد ہوگا جس سے وہ نہ صرف اپنی بلکہ اپنے گھر والوں کی زندگی بھی بہتر کر سکے گا۔ ایک مالی طور پر کامیاب اور اس طرف سے بے فکر انسان کیلئے خوش رہنا سیکھنا اور دوسروں کو سکھانا ایک بہترین اور دلچسپ ترین مقصد ہوگا۔ اسلام بھی ہمیں یہی پیغام دیتا ہے۔



زندگی میں مقصد کا ہونا نہ صرف ہمیں مصروف رکھتا ہے اور فضول قسم کی سوچوں، پریشانیوں اور ٹینشن سے دور رکھتا ہے بلکہ یہ زندگی میں خوش رہنے کیلئے اشد ضروری ہے۔ اس کی عدم موجودگی میں آپ خوش رہ ہی نہیں سکتے۔

آپ کو چاہیے کہ اپنا مقصد ڈھونڈنا شروع کر دیں۔ اس پر پوری طرح غور و فکر کریں اس میں آپ اپنے سمجھدار، باشعور دوستوں سے مشورہ بھی لے سکتے ہیں۔

یہ بھی دیکھیں کہ وہ مقصد اس قابل ہے کہ آپ زندگی کے اگلے چند سال اس پر لگا سکیں گے۔ کیا اس کی اتنی دنیو ہے؟

اور اگر آپ اس مقصد کو پالیتے ہیں تو پھر آپ کی زندگی آپ کی شخصیت، آپ کا حلقہ احباب کیسا ہوگا۔

یہ بھی دیکھیں کہ یہ صرف مقصد کے ساتھ ساتھ آپ کی زندگی کی سمت بھی ہو سکتی ہے۔ یعنی ایک بہتر سمت اور اسی سمت میں اگر آپ کو اس پہلے مقصد سے بہتر کوئی دوسرا مل جاتا ہے تو پہلے کو چھوڑ کر آپ نئے کو بھی پکڑ سکتے ہیں۔

مقصد کی لگن اس کے حصول کیلئے ضروری ہے۔

جب آپ کو ایک واضح مقصد مل جاتا ہے تو آپ کو خود کو یہ یقین دلانا چاہیے کہ آپ اسے حاصل کر لیں گے۔ اس کیلئے ایک وقت چھ ماہ، سال، دو یا پانچ سال کچھ بھی مدت آپ رکھ سکتے ہیں۔

جب اس کے حاصل ہونے کا یقین ہوگا تو آپ کا لاشعور آپ کو اس تک با آسانی پہنچا دے گا۔ ہماری روح (Soul) میں اتنی انرجی اور صلاحیت چھپی ہے کہ وہ آپ کو با آسانی اس تک پہنچا سکتی ہے۔ یہ Goal کو مقناطیس کی طرح کھینچ کر آپ کے پاس لے آتی ہے۔

اس مقصد کو چیک کریں کہ کیا یہ آپ کے ضمیر کے مطابق ہے، اپنے ضمیر کے مخالف کسی بھی کام میں انسان زیادہ عرصے تک مصروف نہیں رہ سکتا۔ اور اس کے حصول کیلئے جسم، ذہن اور

روح کی تمام توانائیوں کو اس میں استعمال کرنا ممکن ہی نہیں ہوتا، جب تک وہ مقصد آپ کے ضمیر سے مطابقت نہ رکھتا ہو۔

آپ نے اس مقصد کو لکھ لینا ہے، پھر اس کے ساتھ ہی یہ لکھنا ہے کہ اگر آپ اس مقصد کو حاصل نہیں کرتے تو آپ کہاں پر کھڑے ہونگے اور آپ کی زندگی میں کیا کیا کمزوریاں اور دشواریاں ہوں گی۔ پھر آپ نے یہ بھی لکھنا ہے کہ اس Goal کو حاصل ہو جانے کی صورت میں آپ کہاں پر کھڑے ہوں گے۔ اور آپ کی زندگی میں کیا کیا بہتریاں ہوں گی۔ آپ اپنی فیملی اور پیاروں کیلئے کیا کچھ کر سکیں گے۔ بغیر لکھے آپ ان چیزوں میں گہرے جا ہی نہیں سکتے۔

اس کی مثال میں آپ کو اس طرح دے سکتا ہوں کہ خود میں نے کچھ عرصہ پہلے ایک گول لکھا تھا کہ مجھے اپنے روحانیت اور مثبت سوچ کے پیغام کو پاکستان میں تیزی اور بہتر طریقے کے ساتھ پھیلانا ہے۔ اس سے پہلے جب بھی میں اس کے بارے میں صرف سوچتا تھا تو مجھے اس مقصد کے نہ حاصل ہونے کی صورت میں تین چار نقصانات بھی بمشکل نظر آتے تھے۔ اور اس Goal کے حاصل ہو جانے کی صورت میں مجھے اس کے فوائد بھی تقریباً اتنی ہی تعداد میں نظر آتے تھے۔

مگر جب میں نے انہیں لکھا تو اس کے مقصد کے حاصل نہ ہونے کی صورت میں مجھے اس کے واضح نقصانات کی تعداد 10 کے قریب ملی۔

اور اس کے حاصل ہو جانے کی صورت میں اس کے فوائد کی تعداد 20 کے قریب تھی۔

اور میں نے اس مقصد کے حصول کا حتمی فیصلہ کر لیا۔ میری یہ موجودہ کتاب اسی فیصلے کا نتیجہ ہے۔

آپ جب تک اسے نہیں لکھیں گے آپ اس کی گہرائی تک نہیں پہنچ پائیں گے۔ اور جب تک آپ اس کی گہرائی تک نہیں پہنچ پائیں گے آپ فیصلہ کرنے میں جھجک اور غیر یقینی کا شکار ہی رہیں گے۔ ہر اہم فیصلے میں اسی طرح لکھنے سے مدد لیا کریں۔



پھر اس فیصلے، اس مقصد کو لکھ کر کسی ایسی جگہ پر رکھ دیں جہاں اکثر آپ کی نظر پڑتی رہے یہ چیز آپ کا کام کرنے کا میز یا آپ کا پرس یا کوئی بھی ایسی جگہ ہو سکتی ہے۔

زندگی میں واحد مقصد ہو تو ہر انسان میں (خصوصاً مسلمان میں) اتنی روحانی توانائی یا نور ہوتا ہے کہ وہ کسی بہت بڑے مقصد کو بھی با آسانی حاصل کر سکتا ہے۔

پھر بھی میں اگلے باب میں اپنی زندگی کے مقصد کے حصول میں مددگار سبھی چیزیں لکھ رہا ہوں جن پر عمل کے بعد مقصد کا اصول بالکل آسان ہو جائے گا۔

مقصد کا حصول

جب آپ اپنی زندگی کے مقصد کا تعین کر لیں اور اس کے حصول کا عزم کر لیں تو پھر آپ نے اس کے حصول کا لائحہ عمل (Strategy) بنانا ہے۔

سب سے اہم چیز یہ ہے کہ آپ کو اپنے مقصد کے حصول کا یقین ہونا چاہیے۔ اگر آپ

کو یہ یقین ہو تو آپ اپنے مقصد کو یقیناً حاصل کر سکتے ہیں۔ سب سے پہلے خود کو یہ یقین دلائیں کہ

آپ یہ مقصد حاصل کر سکتے ہیں۔ اس کیلئے آپ نے خود کو دلیلیں دینی ہیں، سمجھانا ہے، اپنے

موجودہ مثبت و منفی پہلو تعلیم و وسائل سب کو دیکھ کر، لکھ کر یہ فیصلہ کریں کہ آپ وہ مقصد حاصل

کرنے کے قابل ہیں۔ اس گہرے غور و فکر کے بعد انسان اس نتیجے پر پختہ طریقے سے پہنچ جاتا ہے

کہ وہ اپنے مقصد کو پاسکتا ہے۔ اس نتیجے پر پہنچنے کی صورت میں آپ یہ سمجھ لیں کہ آپ کا آدھے

سے زیادہ کام ہو گیا ہے۔ آپ کے لاشعور میں اتنی طاقت چھپی ہوئی ہے کہ وہ اپنی کامیابی کا یقین

ہونے کے بعد کسی مشکل ترین کام کو بھی با آسانی کر سکتا ہے۔

اس کے بعد آپ نے باقی سب کام پیچھے رکھ کر اسی پر کام کرنا ہے۔ یہ ایک بہت بڑی

قیمت ہوگی، کیا آپ یہ قیمت دے سکتے ہیں؟ بیٹھ کر یہ فیصلہ کر لیں۔

اس کے بعد آپ مقصد میں کامیابی کیلئے دعا سے بھی مدد لے سکتے ہیں۔

مقصد کے حصول کا یقین ہونے کے بعد ضروری معلومات اور مشاورت بھی مثبت سوچ

رکھنے والوں کو خود بخود ملنے لگ پڑتی ہے۔

اس کے بعد اس لائحہ عمل پر کام شروع کر دینا ہے۔ پھر وہ کام جو بھی نتائج دے رہا ہوگا

اس پر غور کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر یہ مطلوبہ نتائج دے رہا ہے تو اسے جاری رکھیں ورنہ

لائحہ عمل میں تبدیلی کی ضرورت ہوگی۔



وہ عمل جو ہمیں مقصد کی طرف لیے جا رہے ہیں وہ صحیح ہیں۔ آپ نے مستقل مزاجی سے اس مقصد کی طرف چل پڑنا ہے۔ مستقل مزاجی کسی بھی بڑے کام میں کامیابی کیلئے ضروری شے ہے۔

آپ کو اپنے وسائل کو منظم کرنا چاہیے اور اسے مناسب ترین طریقے سے استعمال کرنا چاہیے۔

پھر یہ سوچیں کہ اپنے مقصد کے حصول کے بعد آپ کی شخصیت کیسی ہوگی؟ کہ صرف مالی کامیابی ہی کافی نہیں ہوتی۔

آپ کا حلیہ کیسا ہوگا؟

آپ بات چیت کس طرح کریں گے؟ آپ کی روحانی نشوونما کیسی ہونی چاہیے؟

آپ کے لباس چال ڈھال سب کی آپ کے مقصد سے مطابقت ہونی چاہیے۔

آپ خود کو جس قسم کی شخصیت دیکھنا چاہتے ہیں آپ کا حلیہ، بات چیت آپ کا لباس

سب آپ کے مقصد سے مطابقت رکھنے والے ہونے چاہیے۔

آپ کے ذہن میں آپ کی ایک واضح شناخت (IDENTITY) ہونی چاہیے اور

آپ کی سب حرکات و سکنات کو اس شناخت میں ڈھلنا چاہیے۔ یہ آپ کے مقاصد کے حصول میں

بڑا مددگار ہوگا مثلاً اگر آپ کا مقصد روحانیت کو سمجھنا اور اسے پھیلانا ہے تو آپ کا حلیہ ایسا ہونا

چاہیے جو کہ لوگوں کو متاثر کر سکے ایسا تاثر آپ نیکر پہن کر نہیں دے سکتے۔ آپ کا لباس اس علاقے

کے روحانی لوگوں سے ملتا جلتا ہو تو عام لوگ بڑی جلدی متاثر ہوتے ہیں۔

آپ کا مقصد اگر ایک اچھا ذریعہ روزگار ڈھونڈنا ہے تو پھر ایسا کام ڈھونڈیں جو آپ کو

بہت پسند ہو بلکہ ایسا کام ہو جو آپ مفت میں بھی کرنے کو تیار ہوں پھر دیکھیں کہ آیا وہ پروفیشن آپ

کو مطلوبہ آمدنی بھی دے سکتی ہے ورنہ دوسرے نمبر پر اپنی پسندیدہ ترین پروفیشن کو دیکھیں اور اس

طرح پر کھیں۔

پھر اس مقصد کے حصول کو آسان بنانے کے لئے آپ روحانی طریقے سے بھی مدد لیں۔

اس میں آپ نے کم از کم ہفتے میں دو بار رات کو بیٹھ کر دس پندرہ منٹ یہ تصور کرنا ہے کہ آپ اپنا مقصد حاصل کر چکے ہیں اور اس مقصد کے نتائج سے لطف اندوز ہو رہے ہیں (آگے باب میں تصورات کے استعمال کا صحیح طریقہ میں اس کی تفصیل دی گئی ہے)

اس کے علاوہ آپ اس مقصد کے حصول کے لئے ورد و اذکار کی مدد بھی لے سکتے ہیں یہ آپ کو ضروری توانائی بھی فراہم کریں گے جو مقصد کے حصول کے لئے اہم چیز ہوتی ہے۔

آپ کے لیے یہ لازم ہے کہ اپنی گھریلو زندگی کو خوشگوار بنائیں۔ اس پر توجہ

دیں گھر سے ہی آپ کو اپنے مقصد زندگی میں درکار انرجی کا بڑا حصہ ملتا ہے۔ اگر آپ وہاں پر بے

سکون ہیں تو پھر آپ کے پاس موجود انرجی کا بڑا حصہ مختلف گھریلو ذہنی الجھنوں میں ہی ضائع

ہو جائے گا۔

(واحد مقصد اور اس کے حصول کا یہ موضوع اتنا دلچسپ اور کارآمد ہے کہ اس پر چھ

سات سو صفحوں پر مشتمل ایک کتاب لکھی جاسکتی ہے مگر میں نے موضوع کو طویل بنانے کے بجائے

چند صفحوں میں ہی سب ضروری معلومات صحیح طریقے سے آپ تک بہم پہنچادی ہیں)



## انرجی کا اصول اور قسمت

دنیا میں بھی دانش ور اور سائنس دان اس بات پر متفق ہو چکے ہیں کہ اس دنیا میں ہر چیز ایک انرجی ہے۔ انسان خدا کا زمین پر خلیفہ ہے۔ میرے مشاہدے میں آیا ہے کہ زندہ چیزوں میں انسانی سوچ کی انرجی سب سے زیادہ طاقتور ہوتی ہے اور دنیا میں ہر چیز پر چھائی ہوئی ہے بلکہ غیر مرنی طور پر اس کو حرکت بھی دے رہی ہے۔

انسان میں بھی جو انرجی موجود ہے اسے کم سے کم استعمال کر کے زیادہ سے زیادہ کام لینا ہی اس کا صحیح طریقہ ہے۔ انسان کے اندر بظاہر محدود سی انرجی ہوتی ہے مگر روحانی مشقوں کی مدد سے اس کو بیسیوں گنا بڑھایا جاسکتا ہے۔

اس انرجی کو صحیح طریقے سے استعمال کرنے کیلئے ضروری ہے کہ انسان کا ایک ہی مقصد ہو۔ ایک وقت میں کئی مقاصد پر کارنا نا کامیوں کو دعوت دینے کے مترادف ہے۔ ایک وقت میں کئی کام کرنے والا ان میں ناکام ہو کر اپنی قوت فیصلہ، پھر اپنی خود اعتمادی اور اس کے بعد اپنا یقین بھی کھونا شروع کر دیتا ہے یہ ہمارے مقاصد سے زیادہ ہماری خواہشیں یا محرومیاں (Complexes) ہوتی ہیں۔

انسانی جسم ذہن اور روح میں موجود انرجی ہی انسان اپنی ضروریات اور خواہشوں میں استعمال کرتا ہے۔ اسی انرجی کی مدد سے اپنی خواہش کی چیزوں کو اپنی ذہنی طاقت کی مدد سے چیزوں کو اپنی طرف کشش کر رہا ہوتا ہے۔ اس کشش کے ساتھ ساتھ اگر وہ اپنی مطلوبہ چیزوں سے متعلقہ علم میں زیادہ مہارت اور تجربہ رکھتا ہو تو وہ اسے آسانی سے حاصل کر لے گا۔

عام زندگی میں صرف محنت کر کے بھی ان چیزوں کو حاصل کیا جاسکتا ہے۔ مگر یہ ایک مشکل طریقہ (اور اکثر بے حد مشکل طریقہ) بھی ثابت ہو سکتا ہے۔

چیزوں کو کشش کرنے والی اس صفت پر میں جب بھی غور کرتا ہوں تو محسوس ہوتا ہے کہ ساری دنیا میں موجود انسان فلموں کے خیالی کردار (Spider Man) سپائڈر مین کی طرح اپنے جال پھینک کر (جو ہمیں نظر نہیں آتے) اپنی اپنی ضرورت کی چیزوں کو اپنی طرف لانے کی جدوجہد میں لگے ہوئے ہیں۔ مثلاً محلے میں کونسلر کی ایک بی سیٹ ہوتی ہے اور کئی امیدوار اس کے حصول کیلئے اپنی ذہنی طاقت، اپنی محنت اور اپنے گروپ کی ساری روحانی توانائی لگا کر اسے اپنی طرف کھینچ رہے ہوتے ہیں جو ان میں سے ان چیزوں میں طاقتور ترین ہوتا ہے سیٹ اسی کے پاس چلی جاتی ہے۔

انسان ذہن و روح میں موجود اس نور کی مدد سے یہ کام کر رہے ہیں۔ اس میں ہر گروپ اور قوم کی اپنی اپنی روحانی انرجی یا برکت ہے جس میں اس قوم کی محنت (تعلیم، سائنس و صنعت) کا بہت دخل ہے۔ متحدہ گروپ کے ذہن کی مثال میں اپنی دوسری کتاب روحانیت اور شعور زندگی کے باب انفرادی اور اجتماعی ذہن میں دے چکا ہوں۔ مختصر یہ کہ دماغ تو ایک جسمانی عضو ہے مگر ذہن پورے جسم کے اندر اور اس کے باہر بھی پھیلا ہوا ہے اور سب لوگوں کے ذہن آپس میں تعلق رکھتے ہیں۔ یہ لاشعوری طور پر خیالات و معلومات کا تبادلہ بھی کرتے رہتے ہیں۔ ہر گروپ ہر سوسائٹی کا اپنا اپنا علیحدہ ذہن بھی ہوتا ہے۔ اس گروپ کے پاس موجودہ وسائل (ضرورت کا سامان، اچھا سسٹم و نظام، ہتھیار وغیرہ) کا بھی اس قوم کو فائدہ ہوتا ہے۔ جس قوم میں یہ انرجی زیادہ ہو وہ دوسری قوموں سے آگے نکل جاتی ہے۔ دوسرے لفظوں میں اس قوم پر برکت آ جاتی ہے جیسے آج کل مغربی ملکوں پر ہے۔ گو اسلامی ملکوں میں زیادہ روحانی انرجی ہونے کی وجہ سے قدرتی وسائل میں سے 70 فیصد ان کے پاس ہیں۔

یہاں میرا مسخرہ دوست قلندر ہنس کر کہہ رہا ہے کہ گوروں نے کارایجاد ہی عربوں کیلئے کی ہے ورنہ عربوں کا تیل بیکار پڑا رہ جاتا وہ اب بھی اونٹوں (صحرائی جہاز) پر چڑھ کر کھجوریں کھا کر گزارہ کر رہے ہوتے۔



اس روحانی انرجی میں ملک میں اچھے نظام، امن و امان اور خصوصاً انصاف ہونے کا سب سے زیادہ دخل ہوتا ہے۔ فطرت کے اصولوں پر عمل سے تعلق ہوتا ہے اور اس میں ملک میں حقوق العباد کے خیال اور عبادت دونوں کا اثر ہوتا ہے پھر وہاں ہر طرح کی ترقی ہونے لگ پڑتی ہے۔

قوموں میں دعا کا رواج نہ رہے یا وہ عبادت کرنی ختم کر دیں تو پھر ان میں یہ اجتماعی روحانی توانائی کم ہونے لگ پڑتی ہے۔ جدید مغرب کے زوال کی بنیاد یہی چیزیں بن رہی ہیں۔ انہوں نے خدا پر یقین کرنا بند کر دیا ہے اور خدا پر یقین نہ ہو تو دعا و عبادت کس کی کریں۔ پہلے ان کے پادری وغیرہ جیسے بھی ہوں عبادت و دعا میں لگے رہتے تھے۔ ان قوموں پر برکت ختم ہونے لگ پڑی ہے۔ ان قوموں میں ضروریات زندگی بھی ایسے بن جاتی ہیں جو کہ دوسری برکت رکھنے والی قوموں کے ہاتھ میں ہوتی ہیں جیسے تیل و قدرتی وسائل وغیرہ۔ موسم و قدرتی آفات بھی کم روحانی انرجی رکھنے والے ممالک کا نقصان کرنے لگ پڑتی ہیں۔

عام انسان کیلئے اصول یہ ہے کہ جسمانی صحت جتنی صحیح ہوگی اتنی زیادہ ذہنی انرجی ہوگی۔ اس لیے فطرت کے اصولوں کی پیروی (Follow) کرنا بڑا اہم ہے یعنی صحیح خوراک صحیح وقت پر لینی چاہیے۔ اگر کوئی روحانی طور پر بہت طاقتور انسان بھی غلط خوراک استعمال کرتا ہے تو اسے لازمی نقصان (عام سے کچھ کم) ہوگا۔ اگر وہ لمبے عرصے کیلئے ایسے کرتا ہے۔

بیمار انسان کی روحانی انرجی اس کی صحت کو صحیح کرنے میں ہی استعمال ہو جاتی ہے اور پھر یہ انرجی بھی کم ہو جایا کرتی ہے اس لیے ایک پرانا محاورہ ہے کہ ”صحت مند روح صحت مند جسم میں ہی ہوتی ہے“

انرجی کو بچانا چاہیے اسے خواہ مخواہ ضائع نہ کریں انرجی ہی ہماری خواہش کی دوسری چیزوں (شہرت، پیسہ وغیرہ) میں تبدیل (Convert) ہوتی ہے۔

سیاسی لیڈر جن گروپس کے ساتھ اٹیچ ہوتے ہیں اس گروپ کی متحدہ انرجی بھی ان کی

مدد کو آ جاتی ہے۔ اسی وجہ سے سیاسی لیڈروں کو (اور خصوصاً ہمارے سیاستدانوں) کو دوسروں کی بد دعا میں کم ہی لگتی ہیں۔

میں دنیا کی بہت سی چیزوں اور ان کے باہمی ربط کے بارے میں برسوں سوچتا رہا۔ دنیا کی کبھی چیزوں میں ایک عجیب سی ہم آہنگی محسوس ہوئی اور قرآن حکیم میں اللہ تعالیٰ کا فرمان یاد آ گیا کہ ہم نے کوئی شے فضول پیدا نہیں کی۔

مجھے دنیا میں ہر شے انرجی کی ایک قسم (Form) ہی معلوم ہوئی (بعد میں معلوم ہوا کہ سائنس دان بھی ہر چیز کو انرجی (توانائی) ہی مانتے ہیں)۔

مجھے یہ مشاہدہ بھی ہوا کہ اس دنیا میں سب سے طاقتور انرجی انسانی سوچ ہے (سورج اور ایٹم بم وغیرہ کی بے جان انرجی اور وابہریشن اور چیز ہے) مگر دنیا میں زندہ چیزوں میں انسانی دماغ اور ذہن کی انرجی اور وابہریشن سب سے زیادہ طاقتور ہے اور یہی انرجی دنیا میں ہر شے کو عجیب طریقے سے بہت حد تک کنٹرول کر رہی ہے۔

قرآن پاک کی رو سے بھی انسان زمین پر اللہ کا خلیفہ (نائب) ہے اور فطرت کی کبھی طاقتوں (فرشتوں اور جنوں) نے بھی اسے سجدہ کیا تھا۔ انسانی ذہن کی انرجی انسانی جسم کے باہر بھی موجود ہوتی ہے اور کبھی انسانوں کی اجتماعی انرجی ایک بہت بڑی انرجی بناتی ہے جسے نفسیات دان اپنی زبان میں اجتماعی لاشعور (Collective Unconscious) کہتے ہیں۔

مشہور نفسیات دان C.G. Jung نے بھی یہی بات کی۔

مشہور فلاسفر برٹینڈرسل بھی خدا کو کائناتی روح کہا کرتا تھا۔ (گو خدا اس سے بہت بڑی چیز ہے)

کوئی بھی سوچ اگر طاقتور ہو تو جس بھی چیز یا پلان کو سوچا جائے تو وہ چیز تخلیق ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ چاہے یہ کام وہ خود سوچنے والا انسان کرے یا کوئی دوسرا انسان لاشعوری طور پر اس سوچ کو پکڑ کر اس پر کام شروع کر دے۔ جو چیز بھی ضرورت ہوتی ہے اور انسان اس کا سوچتے



ہیں تو کچھ ہی عرصے میں وہ چیز ایجاد ہو جاتی ہے۔

در اصل ہم جس چیز کو اپنی قسمت سمجھتے ہیں وہ ہماری محنت (ذہنی و جسمانی محنت، تعلیم ریسرچ، تعلقات) میں آتی ہیں دوسرا ہمارے ایسے اثاثے (Assets) پیسہ، جائیداد وغیرہ جو کہ محنت ہی آتے ہیں چاہے وہ ہمارے بزرگوں کے ہوں یا ہمارے اپنے) ہمارا تیسرا یقین (مثبت سوچ اور پختہ یقین) اور درود و وظائف کی طاقت ہوتی ہے۔ یہ سب کچھ ملکر توانائی (انرجی و نور) کا گولا بنا جاتی ہیں۔ یہ گولا جس میں بھی بڑا ہوتا ہے وہ شخص کامیاب ہوتا چلا جاتا ہے۔ یہی اس شخص کی قسمت ہوتی ہے۔

اس میں بہت سے لوگ صرف محنت پر گزارہ کر رہے ہوتے ہیں۔ صرف محنت بھی آپ کی بنیادی خواہشوں کے حصول کیلئے کافی ہے مگر بظاہر اکثر صرف محنت کر کے بڑے پیمانے پر کامیابی حاصل کرنے والوں کے پیچھے میں نے تقریباً ہر کیس میں روحانی طاقت یا دعائیں شامل دیکھی ہیں۔ یہ دعائیں یا مثبت سوچ اکثر اس کی فیملی کے بزرگوں وغیرہ کی ہوتی ہیں۔

کچھ لوگوں کے ساتھ محنت کے ساتھ ساتھ پختہ یقین (Faith) بھی شامل ہو جاتا ہے تو پھر یہ لوگ بہت بڑی سطح پر کامیابی حاصل کر لیتے ہیں دلچسپ بات یہ ہے کہ میں نے محنت اور یقین کا امتزاج کم ہی دیکھا ہے۔ کہ یا تو انسان بہت محنتی ہوتا ہے یا بہت یقین یا تو کل والا۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ہر انسان اپنی بقاء کی جدوجہد کے بعد اپنے کمپلیکسز کی تسلی تک ہی جدوجہد کرتا ہے۔ پھر محنت و جدوجہد کم کر دیتا ہے، صرف کسی نیک مقصد یا مشن میں ہی لگے ہوئے لوگوں میں مجھے محنت و یقین کا امتزاج نظر آیا ہے۔

اشرف علی تھانوی صاحب نے اپنی کتاب ”اشرف الجواب“ میں فرمایا ہے کہ عقلی طور پر انسان نقصان سے بچتا ہے اور نفع کی تلاش میں رہتا ہے۔ جیسے کھانا کھانا ہے اور بھوک سے بچنا ہے تاکہ قوت کی منفعت حاصل ہو۔ دعا کرتا ہے تاکہ مرض دور ہو اور صحت حاصل ہو۔ غرض کہ وہ جو کچھ بھی کرتا ہے یا تو حاصل منفعت کیلئے یا دفع مضرت کیلئے۔ بلکہ ہم اپنی ہر سوچ کو مثبت یا منفی

میں بانٹ سکتے ہیں۔

اسی بات کو مغرب کی ایک دانشور عورت نے کہا کہ ساری زندگی کی جدوجہد وہی محرکات ہیں۔ ایک درد (Pain) سے بچنا اور دوسرا خوشی کی تلاش۔

یہ بات بالکل سچ ہے آپ دنیا میں جو بھی کام کر رہے ہیں اس کی یہی دو وجوہات ہوتی ہیں۔ انسان بغیر وجہ کے (جو تکلیف سے بچنا اور خوشی کی تلاش ہے) زیادہ محنت کبھی نہیں کر پاتا۔ اس لیے اپنے آپ کو معاشی طور پر محفوظ کرنے کے بعد محنت کم کر دیتا ہے۔ صرف کسی مقدس مشن میں مصروف انسان ہی محنت جاری رکھتا ہے۔

امیر والدین کے بچے اسی وجہ سے محنتی نہیں ہوتے کہ غربت ہی محنت پر مجبور کرتی ہے۔ غربت یا مجبوری ہی سیکھنے کا سبب ہوا کرتی ہے ورنہ کسی بھی فیلڈ میں زیادہ مہارت نہیں آ پاتی یا پھر مرد مجاہد ہی محنت کر سکتا ہے کہ اسے دوسری دنیا (آخرت) میں اس کا اجر ملنا ہے۔ ”دنیا کو اچھی جگہ بنانے کی کوشش کا نام ہی جہاد ہے“ اس کا مقابلہ جہالت سے ہوا کرتا ہے۔

دنیا میں ضرورت کی ہر چیز کو انسانی ذہن میں موجود یہ توانائی کشش کر رہی ہے اس لیے دولت (Material Wealth) کے حصول کیلئے زیادہ توانائی کی ضرورت ہوتی ہے جس میں انسان کا دولت سے متعلقہ علم (دوسرے لفظوں میں اپنے پروفیشن میں مہارت) اس میں محنت (جس کا صحیح طریقہ 90 فیصد ذہنی اور 10 فیصد جسمانی ہے) اور مضبوط یقین (مثبت سوچ اور Faith) اور ان کے گروپ کے وسائل (ان کی دولت اور دعائیں) مل کر اس میں پورا حصہ لیتے ہیں۔ صرف محنت ہی کافی نہیں ہوتی نہ ہی صرف دعاؤں پر انحصار ہونا چاہیے۔ ان دونوں کا امتزاج ضروری ہے۔

عام انسان میں محنت زیادہ ہونی چاہیے جوں جوں روحانی ترقی کے بعد انسانی روح کی انرجی (نور) زیادہ ہوتا جاتا ہے۔ محنت کم اور توکل پر انحصار زیادہ ہوتا جاتا ہے اور ایسا ہی ہونا چاہیے۔



اوپر بیان کردہ یہ انرجی ساری دنیا میں پھیلی ہوئی ہے جس شخص، گروپ یا ملک میں یہ زیادہ ہو جاتی ہے وہاں برکت آ جاتی ہے۔ وہاں پر ترقی شروع اور زندگی آسان ہوتی چلی جاتی ہے۔ فطرت کے اصولوں پر عمل کرنا بھی اس برکت کو باقی رکھنے کیلئے ضروری ہے۔ انرجی کے اصول کو سمجھ لینے کے بعد آپ کے ذہن میں موجود بے شمار سوالات حل ہوتے چلے جائیں گے۔

بہر حال ان دو محرکات یعنی تکلیف سے بچنا اور خوشی کی تلاش ساری زندگی کی بھاگ دوڑ کی بنیاد ہیں۔ چاہے آپ اس زندگی کی خوشی کیلئے کچھ کر رہے ہیں یا اخروی زندگی کی خوشی کیلئے۔ ہر انسانی عمل کی وجوہات یہی دو ہیں۔

مگر اس سے بھی اہم یہ ہے کہ تکلیف (Pain) سے زیادہ تکلیف کا ڈر ہمیں خوف زدہ رکھتا ہے۔ ہم ساری عمر تکلیفوں سے ڈرتے ہوئے گزار دیتے ہیں۔

مغرب میں رہتے ہوئے یہاں کے بے شمار روحانی دانشوروں سے ملنے کا اتفاق ہوا ہے، مغرب میں آج کل روحانی دانشور سے مطلب وہ لوگ ہیں جو انسانی ذہن اور سائنس کا لوجی پر کافی کام کر چکے ہیں۔ کہ اصلی روحانیت تو وہاں سے غائب ہی ہوتی جا رہی ہے۔ میرا ان دانشوروں سے سوال عموماً یہ ہوتا تھا کہ زندگی ڈروں (Fears) سے بھری ہوئی ہے۔ کیا آپ کے پاس اس کا کوئی توڑ ہے۔

ان کے پاس اس کا کوئی واضح جواب نہیں ہوتا تھا۔ پھر میرا اس سے جواب یہ تھا کہ زندگی کے سینکڑوں قسم کے ڈروں کا توڑ صرف یقین کامل (Faith) ہی ہے جو اب مغرب میں ختم ہو رہا ہے۔

میرے مشاہدے میں یہ بھی آیا ہے کہ کسی بھی قوم میں اس کے زیادہ روحانی انرجی رکھنے والے لوگ (ان کے مختلف شعبہ ہائے زندگی کے لیڈر وغیرہ اور خصوصاً روحانی) اپنی قوم کو کسی بھی طرف لگا سکتے ہیں۔ مجھے یہ محسوس ہوتا ہے کہ ہمارے اس طرح کے روحانی لوگوں نے ہی ہمیں 200 سال پہلے بے عملی کی طرف دھکیل دیا تھا۔ اسلام عمل کا مذہب ہے۔

## قوموں کا عروج و زوال

دنیا میں قوموں کے عروج و زوال کے اسباب پر بہت کچھ لکھا گیا مگر اس میں جو واضح وجہ معلوم ہوتی ہے وہ انصاف کی عدم موجودگی ہی ہے۔ بابر کو بھی سکندر لودھی نے اسی لیے ہندوستان پر حملے کی دعوت دی تھی کہ ابراہیم لودھی اس کے ساتھ انصاف نہیں کر رہا تھا۔ ہم نے بھی مشرقی پاکستان کے بنگالیوں کو حق نہ دیا۔ 1971ء میں وہ الیکشن اکثریت سے جیتے تھے (انہیں حکومت نہ دینے کی وجہ دراصل ہمارے لیڈروں کی سازشیں ہی تھیں) تو بنگالی ہندوستان کی مدد لیکر آزاد ہو گئے۔ جب ہم نے حق نہ دیا تو پھر بقول شاعر

تاریخ نے اقوام کو یہ سبق دیا ہے۔ حق مانگنا تو ہیں ہے حق چھین لیا جائے۔

انصاف کی عدم موجودگی میں ہر قوم میں آپس میں جھگڑا و فساد اور پھر جنگیں ہی ہوا کرتی ہیں۔ آخر کار کوئی قوم باہر سے آ کر کسی ایک کی مدد کے بہانے ملک پر قبضہ کر لیتی ہیں۔ جیسے انگریزوں نے اٹھارہویں صدی میں ہندوستان پر کیا تھا۔

قوموں کے بارے میں قرآن پاک میں لکھا ہے کہ ہم اس وقت تک کسی قوم کی حالت تبدیل نہیں کرتے جب تک وہ اپنے نفوس (اندرونی حالت) میں تبدیلی نہ کرے۔ اور قرآن پاک میں یہ بھی لکھا ہوا ہے کہ وہی قوم باقی رہتی ہے جو دوسروں کے لیے باعث نفع ہو۔ اور یہ بھی لکھا ہوا ہے کہ ہم نے ہدایت کی کتاب یعنی تورات کے بعد زبور میں لکھ دیا ہے کہ زمین کے مالک میرے نیک بندے ہوں گے (سورۃ الانبیاء ۱۰۵)۔

اور نیکی کی تشریح قرآن پاک میں ہے اس میں نماز و عبادات کو بھی نیکی کہا گیا ہے مگر سورۃ البقرۃ میں اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں ”نیکی یہ نہیں کہ تم پورب کی طرف منہ کرو یا پچھتم کی طرف بلکہ نیکی یہ ہے کہ خدا پر اور فرشتوں پر اور (خدا کی) کتاب اور پیغمبروں پر ایمان لائیں اور مال باوجود



عزیز رکھنے کے رشتے داروں اور یتیموں (بے سہاروں) اور محتاجوں اور مسافروں اور مانگنے والوں کو دیں اور گردنوں (کے چھڑانے) میں (خرچ کریں) اور نماز قائم کریں اور زکوٰۃ دیں اور جب عہد کر لیں تو اسے پورا کریں اور سختی اور تکلیف میں اور (معرکہ) کارزار کے وقت ثابت قدم رہیں یہ ہی لوگ ہیں جو (ایمان میں) سچے ہیں اور یہ ہی ہیں جو (خدا سے) ڈرنے والے ہیں“ (سورۃ البقرہ ۱۷۷)

قوموں میں محنت کشی، علم حاصل کرنے کا شوق (خصوصاً سائنس و حرفت کا علم) اور اپنے کلچر کیلئے قربانی دینے کا جذبہ اس کی ترقی میں اہم ترین جزو ہوتے ہیں۔ مگر انصاف کی عدم موجودگی میں ان میں سے کچھ بھی نہیں پنپ پاتا۔ ایسے لوگ ہی نہیں رہتے جو اپنے کلچر کیلئے قربانی دینے پر آمادہ ہوں۔ جب علم حاصل کرنے اور اپنے کلچر کیلئے قربانی دینے کا جذبہ نہ رہے تو پھر وہ قوم لازمی زوال کا شکار ہو جاتی ہے۔ اور برکت دوسری قوم میں چلی جاتی ہے۔

انصاف کی عدم موجودگی میں ہر طرح کے جرائم، غنڈہ گردی، لاقانونیت، صوبہ واریت، فرقہ واریت، لسانیت، سمگلنگ اور ملاوٹ وغیرہ زور پکڑ لیتی ہیں۔ اور ایک دوسرے پر اعتبار اٹھ جاتا ہے آخر کار بھائی کے ہاتھ میں بھائی کا گریبان ہوتا ہے۔

قوموں کی زندگی کے مطالعے میں یہ چیز مشاہدے میں آتی ہے کہ اوپر کے طبقے کے لوگ جس قسم کی چیزیں، عادتیں اور لباس اپنالیتے ہیں وہی چیزیں، وہی عادتیں اور وہی لباس سب دوسرے لوگ اپنالیتے ہیں۔

ہم میں سے زیادہ لوگ اسی اصول کی وجہ سے اپنے حکمرانوں کو کاپی کرتے ہیں۔ بغیر یہ سوچے کہ ایسا کرنا شریعت کے مطابق بھی ہے یا اس سے باہر کی چیز ہے۔

زیادہ لفظی علم رکھنے والے کم علموں کو لفظوں کے ہیر پھیر سے بھٹکا لیا کرتے ہیں۔ ہندوستان میں بھی مغل بادشاہوں پر زیادہ ”عالم“ وزیروں اور مصاحبوں نے اپنا اپنا اثر ڈالا کہ ان کو ان کے اصل فرائض سے بھٹکا دیا۔ اور دنیا کی سخت جان ترین اور محنت کش قوم (منگول)

بھی بجائے سلطنت کی حفاظت کے عیش و عشرت میں پڑ کر اپنے اصل فرائض سے غافل ہو گئے۔ اسی سخت کوشش قوم کا آخری بادشاہ محمد شاہ رگیلا نادر شاہی حملے میں دہلی فتح ہونے کے بعد اس لیے بھاگ نہیں سکا تھا کہ ملازم نہیں رہا تھا جو اس کو جوتے پہنا سکے۔ حالانکہ چند نسل پہلے جب اکبر اعظم پیدا ہوا تھا اس کی ٹانگیں میڑھی تھیں جو منگولوں کی گھڑ سواری کی نشانی سمجھی جاتی تھیں۔

تاریخ میں ہمیں بتایا جاتا ہے شاہجہاں نے تاج محل اس لیے بنایا کہ اس کی بیوی ممتاز محل اس کے چودھویں بچے کو جنم دیتے وقت مر گئی تھی۔ تاج محل بنانے کی وجہ یہی تھی مگر شروع 2007ء میں نیشنل جیو گرافک چینل پر ایک ڈاکومنٹری دکھائی گئی جس میں بتایا گیا اور یہ صحیح بھی تھا کہ تاج محل اس طرح بنایا گیا تھا جیسے تصور میں قیامت کے دن اللہ تعالیٰ کے سامنے ساری مخلوق پیش ہوگی۔ شاہجہاں نے بھی اکبر کے دین الہی (جو پہلے دین اکبری تھا اور اکبر خدائی کا دعویٰ دار تھا) کی طرح کے دعووں کے جراثیم واضح طور پر موجود تھے وہ بھی خود کو خدا ہی تصور کرتا تھا۔ شاہجہاں نے جمنائے ایک طرف تاج محل بنایا تھا جس کیلئے سفید سنگ مرمر انتہائی مہنگے داموں لا کر پوری عمارت اس سے بنائی گئی بلکہ اس میں بیٹھار سونا اور دوسری دھاتیں قیمتی پتھر بھی استعمال ہوئے۔ شاہجہاں کا پروگرام جمنائے دوسرے کنارے پر کالے پتھر (سنگ مرمر و کالے عقیق) کے ساتھ تاج محل کے ساتھ ایک اور عمارت بھی تعمیر کرنے کا تھا۔ جو کہ تاج محل کا سایہ کہلاتی مگر اس سے پہلے ہی ملک کا خزانہ تاج محل بنانے میں ہی خالی ہو گیا اور اس کے سائے کے پروگرام پر عمل نہ ہو سکا۔

دوسری طرف انہی سالوں میں یورپ کے ملک سویڈن کے بادشاہ کی چہیتی ملکہ بھی اس کے بچے کو جنم دیتے ہوئے مر گئی تو بادشاہ نے وہاں ایک بڑا ہسپتال بنوایا اور رعایا کو حکم کا پابند کیا گیا کہ ہر چودہ پندرہ سالہ لڑکی دائی کا کورس کرے اور دیہاتوں میں جائے۔

یورپ اس وقت کیا کر رہا تھا اور ہم کس طرف جا رہے تھے اسی شاہجہاں کو اس کے بیٹے اورنگزیب نے تخت پر بیٹھنے کے بعد لال قلعہ آگرہ میں قید کر دیا تھا (جو اس کی درخواست کے



مطابق تھا) کہ وہ یہاں بیٹھ کر تاج محل کو دیکھنا چاہتا ہے۔

پھر اس شاہجہان نے اورنگزیب عالمگیر سے کہا کہ وہ اسے کچھ بچے دے دے جنہیں وہ پڑھایا کرے گا تو اورنگزیب نے ایک بڑا دلچسپ جواب دیا تھا ”بادشاہت ختم ہو گئی مگر بادشاہت کی خونہ گئی اب تم بچوں پر بادشاہی کرنا چاہتے ہو“ اورنگزیب نے باپ کی درخواست رد کر دی۔

حقیقت میں بادشاہ اور استاد ایک ہی خُو کے مالک ہوتے ہیں۔ بادشاہ رعایا کو اپنا غلام اور استاد اپنے شاگردوں کے ساتھ یہی رویہ رکھتے ہیں۔ اور یہی رویہ آپ کو اکثر ہمارے مدرسوں کے پڑھے ہوئے عالموں میں بھی نظر آتا ہے۔ اگر کوئی ان سے دین کے متعلق کوئی تنقیدی سوال کرے تو وہ اکثر اسی لہجے میں جواب دیتے نظر آتے ہیں۔ اور بادشاہوں کی طرح ہی فوراً غصے میں آجاتے ہیں۔ اسی لیے پرانے زمانے میں جب بادشاہوں سے کچھ عرض کیا جاتا تھا تو پہلے کہا جاتا تھا ”جان کی امان پاؤں تو کچھ عرض کروں“

کہ بادشاہ سلامت کا مزاج بگڑ گیا تو بات کہنے والے کی گردن گئی۔ اوپر بیان کردہ واقعات سے آپ کو مغلیہ قوم کے زوال کے کچھ اسباب معلوم ہو گئے ہونگے اور دوسری قوموں کے زوال کے بھی اسباب یہی ہیں۔ حقیقی علم اور زندگی کے شعور کی کمی ہو تو ایسے لوگوں کو بھٹکانا بڑا آسان ہوتا ہے اور یہ کمی علم حاصل کرنے کے شوق میں کمی کی وجہ سے ہوا کرتی ہے۔ عدل و انصاف رکھنے کے باوجود مغرب اب زوال کا شکار ہو رہا ہے اس کی وجہ علم کی کمی نہیں بلکہ شعور کی کمی ہے کہ مغرب نہ فیملی سسٹم کی اہمیت سمجھ سکا نہ اپنے مہنگے نظام کے مسائل کا اندازہ کر سکا اور نہ ہی اپنے نظام کو چلانے کیلئے درکار مخفی انرجی (روحانی انرجی) دعا اور فیتھ کی اہمیت کا پتہ چلا سکا اس سے بڑی بے شعوری کیا ہو سکتی ہے گو ایک ہی لفظ میں بات کریں تو خدا سے دوری (اور خدا کے قانون سے دوری) ہی ان کے زوال کا سب سے بڑا سبب ہے۔

## تکوینی نظام اور برکت

سوال: مجھ سے میرے دوست کرنل خالد فاروق صاحب (چکوال) کے بھائی سکوارڈن لیڈر زاہد محمود صاحب جو تبلیغی جماعت میں شامل ہیں نے سوال کیا کہ تکوینی نظام اور بارش، پیسے وغیرہ کا تعلق کیا ہے؟

جواب: دیکھیں انسانی ذہن میں ایسی کشش پائی جاتی ہے جو کہ ہر ضرورت کی چیز کو اس کی طرف لے آتی ہے۔ یہ انرجی کچھ انسانوں میں دوسروں سے زیادہ پائی جاتی ہے۔ اسی طرح کچھ انسانی گروپوں میں زیادہ جمع ہونے لگ پڑتی ہے۔ چاہے گروپس علاقے یا کلچر کی بنیاد پر ہوں یا زبان یا مذہب کی بنیاد پر ہوں۔ جہاں یہ انرجی زیادہ ہو وہاں برکت زیادہ ہونے لگ پڑتی ہے۔

بہر حال میرے تجربے اور مشاہدے میں آیا ہے کہ اللہ کی عبادت کرنے سے اس توانائی یا برکت میں بہت اضافہ ہوتا ہے۔ مسلمان دن میں پانچ بار خدا کو یاد کرتے ہیں۔ یعنی سب سے زیادہ عبادت کرتے ہیں۔ اسی کا نتیجہ ہے کہ دنیا کی صرف 22 فیصد زمین کا مالک ہونے کے باوجود وہ زمین کے 70 فیصد معدنی وسائل کے مالک ہیں۔ مسلمان کا نماز پڑھنا بھی اپنے معاشرے کیلئے دعا ہی ہے۔ یہ ہمارے اجتماعی ذہن اور برکت میں اضافہ کا سبب بنتی ہے۔

مگر اس برکت کے ساتھ ساتھ علاقے میں اچھا نظام ہونا ضروری ہوتا ہے۔ ورنہ ان وسائل اور برکتوں کا پورا فائدہ نہیں اٹھایا جاسکتا۔

ساتھ ساتھ اس برکت میں علاقے میں امن و امان ہونا (دوسرے لفظوں میں انصاف ہونے)، پھر ساتھ وسائل زندگی ہونے کا بھی تعلق ہے جن کا محنت و ٹیکنالوجی سے بھی لازمی تعلق بنتا ہے۔

مگر زیادہ تعلق انسانی ذہن دوسرے لفظوں میں وہاں کے اجتماعی ذہن کی اس کشش



سے ہے جو بوقت ضرورت وہاں ہر طرح کی چیزیں مہیا کرنے کی پوری صلاحیت رکھتا ہے۔ زیادہ ذہنی توانائی ہونے اور سکون ہونے کی صورت میں اس علاقے میں زیادہ برکت ہوتی ہے۔ بوقت ضرورت نہ صرف بارش ہوتی ہے بلکہ قدرتی آفات زلزلے، طوفانوں اور سیلابوں وغیرہ سے بھی بچت ہو جاتی ہے۔

تکوینی نظام یعنی اولیاء ابدال، قطب، قطب وحدت، غوث اور صدیق کا تصور بھی بے شمار کتابوں میں ذکر آیا ہے دوسری طرف کچھ تصوف کی اہم کتابوں میں ان کا کوئی ذکر نہیں ہے۔

میں اپنے ذاتی تجربات اور مشاہدات کی روشنی میں آپ کو اتنا بتاتا ہوں کہ ہر قوم میں کچھ لوگ ایسے ہوتے ہیں جو دوسروں سے زیادہ ذہنی و روحانی طاقت کے مالک ہوتے ہیں۔ کچھ ایسے لوگ موسم کو بھی متاثر (Influence) کرنے کی طاقت رکھتے ہیں۔ یہ بارشیں لانے اور روکنے، طوفان روکنے بلکہ لانے تک کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ اسی طرح کی اور بھی کئی صلاحیتیں ان میں پائی جاتی ہیں۔ یہ اللہ کی طرف سے ان کو خصوصی تحفہ ہوتا ہے جب تک چاہے دے۔

گوا کثر یہ لوگ ان طاقتوں کو ظاہر نہیں کرتے کہ پھر دوسرے لوگ ان کا ہر وقت گھیراؤ ہی کیا رکھتے ہیں اور انہیں دعائیں منگوانے، ٹیسٹ کرنے اور طرح طرح کی الجھنوں میں پھنسا دیتے ہیں۔ اسی وجہ سے ظاہر ہونے کے بعد فقیر اکثر وہ علاقہ چھوڑ جایا کرتے ہیں۔

بہر حال ایسے لوگ ہر جگہ پر موجود ہوتے ہیں گوان کی طاقت مختلف ہوتی ہے۔ یہ ہر مذہب، کلچر اور علاقے میں پائے جاتے ہیں۔ وہاں تکوینی نظام ہو یا نہ ہو ایسے لوگ بہر حال موجود ہوتے ہیں۔

مسلمانوں میں زیادہ نمازیں پڑھنے، نوافل و قرآن پاک کی تلاوت (یعنی اللہ کی عبادت) کی وجہ سے یہ صلاحیتیں دوسری قوموں سے زیادہ پائی جاتی ہیں۔ اور ان میں ایسے زیادہ لوگ پائے جاتے ہیں۔

ان روحانی طاقتوں کو نہ ماننے والے یاد رکھیں کہ انسان نیچر کا حصہ ہے اور اس کا افضل ترین حصہ ہے۔ وہ یقیناً ان پر کسی نہ کسی حد تک تسلط رکھتا ہے۔ زیادہ ذہنی و روحانی طاقت رکھنے والا زیادہ تسلط رکھتا ہے۔

مگر اسلام کے ایک مکمل باطنی نظام جس کا ہمیں حضرت عبدالقادر جیلانی کے واقعات میں ملتا ہے۔ یعنی اولیاء، ابدال، قطب، قطب مدار اور غوث وغیرہ کا کہیں اکثر اکھٹا ہو کر دنیا کا فیصلہ کرنا۔

مجھے اپنے مشاہدات میں کم از کم اس کا کچھ نہ کچھ ثبوت ملا گوان کی طاقت کے بارے میں مجھے اختلافات ہیں۔ لیکن ایسے عام لوگوں سے زیادہ طاقت رکھنے والے لوگ جو موسم پر اثر اور بہت سے ایسے کام کر لیتے ہیں مجھے مسلمانوں میں مل چکے ہیں۔

پیے کا تعلق علاقے میں موجود روحانی انرجی سے گہرا بنتا ہے مگر محنت اور سائنسی ترقی سے بھی پیسہ حاصل کیا جاسکتا ہے۔ گوان چیزوں کا امتزاج ہی ہر جگہ پر موجود ہوتا ہے۔

ہمارے ملک کے بے شمار لوگ اس چیز پر یقین رکھتے ہیں کہ قطب غوث وغیرہ ہی دنیا کا فیصلہ کرتے ہیں حالانکہ حقیقت یہ ہے کہ ان روحانی لوگوں کی دعا عام لوگوں کی نسبت زیادہ لگتی ہے مگر فیصلے کرنا صرف اللہ کے اختیار میں ہے۔



## استاد

روحانی معاملات میں استاد کی رہنمائی کو لازمی سمجھا جاتا ہے مگر صحیح استاد بہت کم ہوتے ہیں۔ لفظوں کے مداری اور کرتب باز تو بہت ملتے ہیں مگر صحیح روحانیت اور نور رکھنے والے بہت کم ہی ملیں گے۔

اسلامی روحانیت میں استاد کے دو ہی مقاصد ہوتے ہیں، روحانی انرجی (نور و صلاحیتیں) کو خود سے شاگرد (مرید یا چیلے) میں منتقل کرنے اور اس کو اس راہ کے وہم و اندیشوں میں بھٹکنے سے بچا کر آگے چلانا۔

مگر میرے تجربات و مشاہدات میں آیا ہے کہ یقین کامل ہی آپ کا بہترین رہنما بن سکتا ہے۔ باقی سبھی اصول میں نے اس کتاب (اور پچھلی دونوں کتابوں میں بھی) لکھ دیئے ہیں۔ استاد وہ جو شاگرد نہیں بلکہ استاد بنائے۔

پیر وہ جو مرید نہ بنائے بلکہ پیر بنائے۔ سیانا وہ جو بھوکے عورت کو مچھلی نہ دے بلکہ مچھلی پکڑنا سکھائے۔ لوگوں کو خوش نہ کرو بلکہ انہیں خود خوش رہنا اور دوسروں کو ایسا بنانا سکھاؤ۔

صحیح والدین وہ جو بچوں کو صرف پیسوں کے ڈھیر کی بجائے عملی زندگی شروع کرنے کیلئے کچھ پیسے، زندگی کا مقصد، محنت کا جذبہ اور ساتھ زندگی کا شعور دیں۔

## صحیح طریقہ

آپ نے بس میں بیٹھ کر دوسرے شہر میں جانا ہے، جلدی میں ہیں کسی جگہ پر پہنچنا ہے، لیٹ ہو رہے ہیں اس وقت راستے میں بس پتھر ہو جاتی ہے اور آپ اس پر کڑھ رہے ہوتے ہیں۔ دل ہی دل میں بس والوں کو برا بھلا کہہ رہے ہوتے ہیں۔ بار بار گھڑی دیکھ رہے ہوتے ہیں۔ آپ کے ساتھ کوئی اور بھی جلدی میں جانے والا بیٹھا ہوتا ہے۔ وہ اس وقت آرام سے گاڑی سے اتر کر سگریٹ لگاتا ہے اور اپنے کسی ساتھی مسافر سے کہیں لگانا اور ہنسنا کھیلنا شروع کر دیتا ہے۔

کہہ بس نے تو وقت پر ہی جانا ہے فائدے میں کون رہا۔ آپ کو چاہیے کہ اس دوسرے شخص کا سارو یہ ایسے معاملات میں اپنائیں۔

ایک کہات ہے کہ ”گلے پڑا ڈھول بجانا ہی پڑتا ہے“ مگر سمجھداری یہی ہے کہ اسے ہنسی خوشی بجاتے پھریں۔ قلندر یہاں شادی کے بارے میں بھی یہی کہہ رہا ہے کہ کم از کم اپنی شادی کو بھی اگر آپ گلے پڑا ڈھول سمجھتے ہیں تو اسے ہنسی خوشی ہی بجاتے چلیں آپ کی زندگی اس کے بعد بڑی آسان ہو جائے گی اور آخرت بھی۔

زندگی کا غور سے جائزہ لینے سے مجھے یہ معلوم ہوا کہ پاکستان میں موجود نوے فیصد لوگوں کی زندگی میں خوشیاں زیادہ ہوتی ہیں اور غم کم۔

خوشیاں اور غم کا تناسب کوئی 20 اور ایک کا ہوتا ہے۔ لیکن زندگی کا شعور نہ ہونے کی وجہ سے ہم نے یہ تناسب نفی نفی بنایا ہوا ہے۔ اگر آپ اپنی زندگی پر غور کریں تو پچھلے پورے مہینے میں ایک دو گھنٹے ہی ایسے ہوں گے جس میں آپ مشکل میں یا غم میں ہوں گے۔ باقی سارا وقت آپ نے خوشی میں یا غم سے آزاد گزارا ہوتا ہے۔



مگر ہم میں سے اکثر کی زندگی میں سب سے بڑا المیہ یہ ہے کہ ہم اپنے اس تھوڑے سے وقت کے غم سے ڈرتے ہوئے اور ان کا خیالی حل ڈھونڈتے ہوئے اپنی باقی خوشیوں کو انجوائے نہیں کرتے ہیں۔ اور ہم تکلیف سے اتنا نہیں ڈرتے جتنا اس کا خوف ہوتا ہے۔ جب کہ 95% مشکلات اور غم اکثر ہم تک پہنچنے سے پہلے ہی ہوا میں تحلیل ہو جاتے ہیں مگر ان سے ڈرنے والے ان پہلے تحلیل ہونے والے غموں سے بھی اتنا ہی ڈرتے ہیں جتنا کہ اصلی غم سے۔

بلکہ غموں سے ڈرنے والے دکھوں اور غموں کو اپنی طرف کھینچ رہے ہوتے ہیں۔ یہی زیادہ تر لوگوں کے ہر وقت غم و مشکلات میں پھنسے رہنے کی اصل وجہ ہے کہ وہ زیادہ تر وقت غم و مشکلات کو ہی ذہن میں گھماتے رہتے ہیں اور جو بھی آپ نے ذہن میں گھمائیں لاشعور انہیں ہی تخلیق کرتا رہتا ہے اور سب سے خطرناک بات یہ ہے کہ پھر آپ کے ذہن کو اسی اور مشکلات کی سوچیں سوچنے کی عادت ہو جاتی ہے۔ غم و مشکلات کو ذہن میں گھمانا ختم کریں تو غم و مشکلات بھی ختم ہونا شروع ہو جائیں گے۔

ہمارا الیکٹرونک و پرنٹ میڈیا یہی ڈیوٹی دے رہا ہے کہ غم و خوف اور قتل و غارت اور فسادات والی خبروں پر ہی زور دیتے اور انہیں شہ سرخی و ہیڈ لائنز کی زینت بناتے ہیں۔ بلکہ اس ”مقدس دوڑ“ میں ایک دوسرے پر سبقت لے جانے کی پوری کوشش میں لگ جاتے ہیں کہ یہ ان کے کاروبار کو چکانے کیلئے ضروری ہیں تاکہ عوام کے ذہن پر غم و خوف ہی چھایا رہے اور وہ مثبت سوچ رکھ ہی نہ سکیں۔

جب عوام کی اکثریت اس طرح کی منفی سوچ کا شکار رہے گی تو پھر ملک کے حالات کس طرح تبدیل ہونگے۔

قرآن پاک میں اللہ کا فرمان ہے کہ جیسے لوگ ہوتے ہیں ہم ایسے ہی حاکم ان پر مسلط کر دیتے ہیں۔

ہم لوگ برداشت نہ کرتے ہوئے بھی بچوں کو مہنگے انگریزی سکولوں میں داخل کروا

دیتے ہیں اور خود ساری عمر پیسوں کی کمی کا رونا روتے ہوئے گزارتے ہیں۔ حالانکہ بچوں کو عام سکولوں میں داخل کروا کر خود ان پر محنت کی جائے تو وہ اچھے اسکولوں سے زیادہ بہتر نتائج لاتے ہیں۔

ڈر ہی زندگی کی خوشیوں کا اصل قاتل ہے، یقین کی موجودگی میں ڈر کی کوئی گنجائش نہیں۔ اللہ پر یقین (Faith) رکھیں پھر خود پر بھی یقین، پھر ڈر کا کوئی وجود نہیں رہے گا۔ یہ یقین اس کی بتائی ہوئی سیدھی راہ کے بغیر نہیں آئے گا۔ قرآن پاک میں اللہ کا فرمان ہے کہ اللہ کے دوستوں پر نہ خوف ہو گا نہ غم۔

خلیفۃ المسلمین حضرت عمرؓ بن عبدالعزیز بستر مرگ پر تھے کسی نے ان سے سوال کیا آپ کے دس بیٹے ہیں آپ ان کے لیے کیا چھوڑ کر جا رہے ہیں؟

حضرت عمرؓ بن عبدالعزیز نے انہیں جواب دیا کہ کچھ بھی نہیں، اگر وہ اللہ کی بتائی ہوئی راہ پر چلیں گے تو ان کیلئے کسی چیز کی کوئی کمی نہ ہوگی اور اگر وہ اللہ کی بتائی ہوئی راہ پر نہیں چلتے ہیں تو مجھے اس کی کوئی پروا نہیں کہ ان کے ساتھ کیا ہوتا ہے۔ کاش ہمارے ملک کے کم از کم کچھ والدین تو اسی سوچ کے مالک ہیں۔



کلچر

اباجان (کرٹل) (ر) چوہدری محمد اقبال 11 بلوچ رجمنٹ) اپنے بچپن کے کچھ واقعات سنایا کرتے تھے جن میں سے ایک دلچسپ واقعہ کلچر کے متعلق ہے یہاں آپ کو سنانا چاہتا ہوں۔ میرے دادا جان کو فوج کی طرف سے (بطور ریٹائرڈ حوالدار) کچا کھوہ خانیوال کے پس چک نمبر 14 (R-8) میں ایک مربع زمین انگریز گورنمنٹ سے بطور ریٹائرڈ فوجی کے ملی تھی۔ اباجان کا بچپن وہیں گزرا 1957ء میں اس علاقے کے رواج بڑے عجیب و غریب تھے وہاں پر جب تک کوئی نوجوان رسہ گیری نہیں کرتا تھا وہ بگڑی نہیں باندھ سکتا تھا اور اس وقت تک اسے کوئی رشتہ بھی نہیں دیتا تھا کہ وہ کمانے والا (کماؤ) نہیں ہے۔ 1960ء تک یہ رواج وہاں رہے بلکہ 1970ء میں بھی یہ وہاں اکثر جگہ موجود تھے۔ ایک دفعہ چک کے پاس ایک درزی کی سلائی مشین چوری ہو گئی۔ اس علاقے میں اس وقت کچے راستے ہی ہوتے تھے۔ پکی سڑکیں صرف خانیوال وغیرہ ہی میں تھیں۔ ان دنوں چور کی تلاش پاؤں کے نشانات کی مدد سے کھوجی ہی کیا کرتا تھا۔

رواج کے مطابق چور کی تلاش کیلئے کھوجی بلایا گیا، کھوجی کے ساتھ چک کے 15 سے بیس افراد اکٹھے ہو کر اس کی مدد سپورٹ کرنے کیلئے جایا کرتے تھے۔ اس واقعہ میں بھی اتنے ہی لوگ جمع ہو کر درزی کے گھر پہنچ گئے۔ کھوجی بھی ان کے ساتھ تھا۔

اس نے وہاں پر چور کے پاؤں کے نشانات (کھرے) دیکھے اور آگے پیچھے گھومتا اور زمین پر دیکھتا رہا۔ اباجان اس وقت فوج میں کیپٹن تھے وہ ان لوگوں میں کچھ پڑھے لکھے بھی تھے۔

انہوں نے کھوجی سے پوچھا ”کیا چور پکڑا جائے گا؟“

کھوجی کہنے لگا ”ایک مسئلہ ہے یہ چور نیا ہے۔“

اباجان نے کہا ”پھر تو تمہارا کام آسان ہو گیا ہے کہ نیا چور تو غلطی کرے گا اور اسے پکڑنا آسان ہوگا۔“

اس پر کھوجی بولا ”نہیں اسی وجہ سے میرا کام مشکل ہو گیا ہے میں علاقے کے سب پرانے چوروں کو ان کے کھروں سے پہچان لیتا ہوں۔ یہ چور نیا ہے اس لیے میں اسے نہیں پہچان پایا۔“

اباجان نے کہا ”ایک تو اس غریب درزی کی مشین (روزی کا وسیلہ) چوری ہو گئی، پھر ہم پندرہ بیس بندوں کے کھانے کا بھی اس نے بندوبست کیا، اس کا مزید نقصان ہوا اور تم چور کو بھی نہیں ڈھونڈ پائے تو یہ سب بیکار گیا۔“

کھوجی کہنے لگا ”یہ چور نیا ہے مگر یہ جالپ قوم کا ہے اور اس کی عمر چودہ سے سترہ سال کے درمیان ہے۔“

اباجان نے کہا ”یہ تمہیں پاؤں کے نشانات سے کیسے پتہ چلا کہ یہ چور جالپ قوم کا ہے۔“

اس پر کھوجی نے ایک بڑی دلچسپ بات کی ”وہ کہنے لگا ہر قوم کی ایک علیحدہ اور مخصوص چال ہوتی ہے اس چور کی چال جالپ قوم کی ہے۔ بہر حال اس وقت دیر ہو چکی ہے، اندھیرا پھیل رہا ہے کل صبح ہم اس قوم کے سب چودہ سے سترہ سال کے لڑکوں کو چلوائیں گے اور پھر میں چور کو شناخت کر لوں گا۔“

اور دوسرے دن اس طریقے پر عمل کر کے اس قوم کے سب اس عمر کے لڑکوں کو جمع کر کے چلایا گیا اور چور کو شناخت کر کے سلائی مشین اس سے برآمد کر لی گئی۔

اس واقعہ پر ایک طرف کھوجی کی عقل اور اسکی مہارت کو بے پناہ داد دینی چاہیے اور دوسری بات بڑی ہی دلچسپ ہے کہ ہر قوم کی ایک چال ہوا کرتی ہے (یا کم از کم 1957ء کے وقت تک ہوا کرتی تھی)۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ بچے کسی دوسرے کی نقالی کر کے ہی بہت سی چیزیں سیکھتے



ہیں۔ ہماری بات چیت کا لہجہ، چال ڈھال، لباس وغیرہ اور دوسری بے شمار چیزیں ہم اسی طرح کاپی کرتے ہیں اور اکثر یہ چیزیں اپنی اپنی فیملی اور برادری کے زیادہ ذہین اور باشعور قسم کے افراد سے کاپی کی جاتی ہیں۔ یہ لوگ ہی اپنے اپنے گروپ کے نئے ٹرینڈ بناتے ہیں یعنی Trend Maker ہوتے ہیں۔

علاقے کا کلچر اس طرح کی بیشمار چیزوں کا مجموعہ ہوتا ہے۔

کلچر کیا ہوتا ہے؟ اس کو سمجھنے کیلئے میں ایک چھوٹی سی مثال دوں گا۔

اگر ایک لڑکی اور لڑکا کسی دور افتادہ جزیرے میں ملیں جہاں پر کوئی اور دوسرا نہ ہو تو وہ کچھ وقت میں ہی ایک دوسرے کو اپنی طرف متوجہ کرنے کا طریقہ ڈھونڈ لیں گے۔ اسکے بعد وہ کھلے آسمان اور موسم سے بچنے کیلئے کوئی جگہ غار وغیرہ ڈھونڈ لیں گے یا جھونپڑا وغیرہ بنالیں گے۔ پھر وہ اکٹھا رہنے لگیں گے اور شادی کر لیں گے۔ اسکے بعد انہیں پانی اور خوراک وغیرہ جمع کرنے کے برتنوں وغیرہ کی ضرورت ہوگی وہ ایسی چیزیں وہاں جزیرے میں ہی ڈھونڈ لیں گے۔

پھر انہیں زہریلے کیڑے مکوڑوں، سانپوں وغیرہ سے بچنے کیلئے زمین سے اونچا سونے کی ضرورت ہوگی وہ کوئی چار پائی قسم کی چیز بنالیں گے۔

پھر اسی طرح موسمی حالات سے بچنے کیلئے کپڑے (یا جانوروں کی کھالیں وغیرہ) پہن لیا کریں گے۔ جو اس جگہ کے موسم کے مطابق رکھتے ہوں۔

کچھ عرصے کے بعد ان کی اولاد ہوگی پھر انہیں اپنے چھوٹے بچوں کو زہریلے کیڑوں اور چھوٹے گوشت خور جانوروں سے بچانے کیلئے کوئی جھولا وغیرہ بھی بنانا پڑے گا۔ پھر انہیں بیماریوں کا علاج بھی وہاں ہی ڈھونڈنا پڑے گا۔ وہاں بچے اپنی نئی نئی کھیلیں بھی ڈھونڈ لیں گے۔

پھر جب بچے جوان ہوں گے تو ان کی شادی کا مسئلہ ہوگا۔ ماں باپ اپنی عقل کے مطابق اس کا بھی کوئی بہتر سے بہتر حل اور طریقہ نکالیں گے۔ قصہ مختصر کہ اگر کوئی آدمی اس جگہ سے

اس واقعہ سے شروع ہونے کے پچاس برس بعد گزرے گا تو وہاں اس جزیرے میں ایک بالکل نیا کلچر دیکھے گا۔

سبھی کلچر اسی طرح ہی بنے ہیں اور جہد البقاء کی دوڑ میں آہستہ آہستہ تبدیل بھی ہوتے رہتے ہیں۔

کلچر بہت سی چیزوں کا مجموعہ ہوا کرتا ہے، اس میں علاقے کا لباس، وہاں کی خوشی و غمی کی رسمیں موسمی و مذہبی تہوار علاقے کی کھیلیں وہاں کی فلاسفی، شاعری، علاقائی قصے کہانیاں، لوگوں سے تعلق دوستی وغیرہ، مہمان نوازی کا طریقہ، دشمنوں سے دفاع کے طریقے (گو اب یہ کام حکومتیں سنبھالنے کی کوشش کر رہی ہیں) پھر اپنے اپنے کلچر کی حفاظت کے طریقے بھی ہوتے ہیں۔ جیسے گاؤں میں دارا اور بیٹھکیں ہوا کرتی تھیں جہاں اس علاقے اور کلچر کے سیانے دوسرے لوگوں اور نوجوانوں کو شام کے وقت کاموں سے فارغ ہونے کے بعد ریفریشمنٹ کیلئے قصے کہانیاں سنایا کرتے تھے۔ مگر ساتھ ساتھ ان کی اخلاقی ٹریننگ بھی کرتے تھے۔ اپنی فیملی، برادری اور قبیلے اپنا اپنا کلچر بنایا کرتے تھے۔ آج کل نوجوان اس قسم کی بیٹھکوں میں جانے کے بجائے ٹی وی اور انٹرنیٹ پر بیٹھ کر ”کچھ اور“ ہی سیکھ رہے ہیں۔

اس میں ہمارے میڈیا کو چاہیے کہ وہ ان نوجوانوں کی اخلاقی تربیت کا بھی بندوبست کرے۔ میڈیا کے مالکان اکثر اپنے مالی مسائل ہی حل کرنے میں لگے رہتے ہیں۔

مغرب میں میڈیا نوجوانوں کی تربیت کرنے میں ناکام ہو چکا ہے۔ ہمیں ان کی ناکامی سے کچھ سیکھنا چاہیے۔ نوجوانوں کی تربیت دراصل پہلے والدین پھر سکول اور اس کے بعد معاشرہ ہی کرتا ہے۔ مگر آج کل میڈیا اس کام کو کرنے کی پوزیشن میں آچکا ہے۔ جب ہم کلچر کی بات کرتے ہیں تو یہ دیکھنا ہے کہ اس میں کیا کیا چیزیں ایک ملک کا کلچر بنانے میں اہم ترین کردار ادا کرتی ہیں۔ جیسے پاکستان میں مختلف نسلوں، کئی زبانوں، مختلف لباس، مختلف مذاہب والے لوگ رہتے ہیں ان میں کیا چیز ہے جو ان کا کلچر بناتی ہیں۔



مشرقی ملکوں کے کلچر میں مذہب سب سے اہم ہوتا ہے اسکے بعد وہاں کی زبان ہوا کرتی ہے کہ لوگ اپنی زبان والوں پر بھی دوسری زبان والوں کی بہ نسبت زیادہ اعتبار کرتے اور گھل مل جایا کرتے ہیں مشہور کتاب ”تہذیبوں کے تصادم (Clash of Civilizations) میں بھی مذہب اور زبان کو ایک کلچر کی اہم ترین بنیاد قرار دیا گیا ہے۔

وقت کے ساتھ کلچر ہمیشہ کچھ نہ کچھ تبدیل ہوا کرتا ہے۔ یہ جہد بقاء خصوصاً مالی ضرورتوں کے آس پاس گھومتا اور اسی کے تعاقب میں کچھ نہ کچھ تبدیل ہوتا چلا جاتا ہے ہر شے متغیر ہے قدرت کے کارخانے میں ثبات صرف تغیر کو ہے زمانے میں

### اقبال

کلچر کی گرفت لوگوں پر اتنی گہری ہوتی ہے کہ یہ مذہب (بلکہ دین تک) کو اپنا لباس پہنا لیتا ہے جیسے پاکستان میں کوئی 95 فیصد لوگ مسلمان ہیں۔ مگر ہمارے رسوم و رواج، ہماری زندگیوں پرانے کلچر کی یاد دوسرے لفظوں میں ہنود کی ہیں۔ ہماری شادی بیاہ کی رسمیں، لازماً جہیز لینا دینا ہنود کی رسم ہے۔

اسی طرح ذات پات اسلام میں نہیں ہے اسلام میں کوئی چودھری، کوئی کمی، کوئی سید، کوئی میراثی، مسلمی نہیں ہے۔ یہ سب ذات پات ہم میں ہنود سے ہی آئی ہے۔ ذات پات کا نظام پوری دنیا میں صرف ہندوستان میں ہی موجود ہے۔ کہ یہ ہندومت کا پکا حصہ ہے۔ گو انسان کو پیدائشی بنیادوں پر مختلف طبقوں (Status) میں بانٹ دینے سے بڑا ظلم کوئی اور ہو ہی نہیں سکتا۔ معاشرے میں طبقات پیدا کرنے میں یہ سب سے فضول بنیاد ہے۔ قلندر کہہ رہا ہے۔ ہم نے ہنود سے سب بری رسمیں لے لیں جیسے ذات پات، جہیز، شب برات پر آتش بازی (دسہرہ) تو ہم پرستی، سب پوری طرح لے لیں مگر اچھی رسمیں جیسے علم حاصل کرنا، فلاح کے کام کرنا وغیرہ کچھ بھی نہیں لیا۔ لاہور کے بڑے بڑے ہسپتال جیسے میو ہسپتال، گلاب دیوی ہسپتال سب ہنود نے ہی

بنوائے تھے۔

ہندوستان میں تو جمہوریت اس غلط رواج کا خاتمہ کر رہی ہے کہ جمہوریت میں سب لوگ ایک برابر اور ایک ایک ووٹ کے حقدار ہوتے ہیں مگر ہم نے اس ذات پات کو مذہب کا لبادہ پہنا کر پاکستان میں ”سید“ بنادئے ہیں۔ دوسری طرف ہم کسی کو چودھری ملک یا خان بنادیتے ہیں۔

پاکستان میں رہنے والے سب مذاہب کے لوگ مسلمان، عیسائی، ہندو، سکھ محبت وطن پاکستانی ہیں، اور آپس میں بھائی بھائی ہیں مگر یہ ذات پات کی تقسیم ہمیں پاکستان سے ختم کرنی ہو گی۔

ایسی تقسیم والا معاشرہ کبھی بھی آپس میں پیار و محبت رکھنے والا معاشرہ نہیں ہو سکتا۔ اور دین کا اہم ترین مقصد ہی پیار بھرا معاشرہ بنانا ہے۔

ہم پاکستان کے کلچر کو مختلف صورتوں میں دیکھتے ہیں۔ پٹھانوں، بلوچوں، سندھیوں اور پنجابیوں کا کلچر بھی جدا جدا ہے۔ مگر ان سب پر اسلام کی چھاپ موجود ہے۔ ہمیں سب کلچرز کو اسلام کے قریب ترین لے جانا ہے۔ اسلام جو مکمل ضابطہ حیات ہے۔ یہ زندگی کے تمام اہم پہلوؤں پر صحیح ترین طریقے سے رہنمائی کرتا ہے۔



## کلچر میں عجیب رواج

کسی کلچر میں جو عجیب و غریب رواج آجاتے ہیں ان کی مثال میں میں آپ کو ایک لطیفہ سنانا چاہتا ہوں۔

میری (Marry) نام کی ایک نوجوان لڑکی انگلینڈ میں رہتی ہے۔ پہلے وہ جب بھی اپنے عیسائی مذہبی تہوار کرسمس میں ٹرکی (ایک بڑی سی مرغی) بناتی تو وہ اس کی دم کاٹ دیا کرتی تھی۔ ایک دن ایک آدمی نے یہ دیکھا تو اس سے پوچھا ”میری تم یہ ٹرکی کی دم کیوں کاٹ دیتی ہو؟“

میری کہنے لگی ”پتہ نہیں مگر ماں ایسے کیا کرتی تھی“

وہ آدمی پوچھنے لگا ”تمہاری ماں کہاں پر رہتی ہے؟“

میری نے اسے اپنی ماں کا پتہ بتایا تو وہ آدمی اس کی ماں کے پاس جا پہنچا اور پوچھنے لگا ”تمہاری بیٹی کرسمس کے موقع پر جو ٹرکی بناتی ہے وہ اس کی دم کاٹ دیا کرتی ہے میں نے وجہ پوچھی تو کہنے لگی کہ میری ماں ایسے کیا کرتی تھی تم ایسے کیوں کیا کرتی تھی؟“

میری کی ماں کہنے لگی ”پتہ نہیں مگر میری ماں بھی ایسے ہی کیا کرتی تھی“

وہ آدمی پوچھنے لگا ”کیا تمہاری ماں زندہ ہے اور کہاں رہتی ہے؟“

میری کی ماں بولی ”وہ زندہ ہے“

پھر اپنی ماں کا پتہ اس آدمی کو دے دیا۔ وہ آدمی میری کی نانی کے پاس جا پہنچا اور کہنے لگا ”تمہاری نواسی کرسمس پر ٹرکی بناتے وقت اس کی دم کاٹ دیا کرتی ہے اس سے وجہ پوچھی تو کہنے لگی میری ماں ایسے کیا کرتی تھی، پھر جب اس کی ماں یعنی تمہاری بیٹی سے پوچھا تو وہ کہنے لگی کہ میری ماں بھی ایسے ہی کیا کرتی تھی تم ایسے کیوں کرتی تھیں؟“

میری کی نانی کہنے لگی ”پتہ نہیں مگر میری ماں ہمیشہ ایسے ہی کیا کرتی تھیں؟“

وہ آدمی کہنے لگا ”کیا تمہاری ماں بھی زندہ ہے اور ہے تو کہاں رہتی ہے؟“

میری کی نانی کہنے لگی ”ہاں وہ بہت بوڑھی ہو چکی ہے اور بیمار بھی ہے مگر ابھی تک زندہ ہے“

پھر اس آدمی کو میری کی پر نانی کا پتہ دے دیا وہ آدمی میری کی پر نانی کے پاس پہنچا اور پوچھنے لگا ”تمہاری بیٹی کی نواسی کرسمس میں جب بھی ٹرکی بناتی ہے تو وہ اس کی دم کاٹ دیتی ہے اور جب میں نے اس سے وجہ پوچھی تو کہنے لگی کہ میری ماں ہمیشہ ایسا کیا کرتی ہے، اور جب میں اس کے پاس پہنچا تو وہ کہنے لگی کہ مجھے پتہ نہیں مگر میری ماں ہمیشہ ایسے کیا کرتی تھی، اور جب میں میری کی نانی اور تمہاری بیٹی کے پاس پہنچا تو اس سے وجہ پوچھی تو وہ کہنے لگی کہ مجھے معلوم نہیں مگر میری ماں بھی ہمیشہ ایسے ہی کیا کرتی تھی، آپ ہمیشہ ایسے کیوں کیا کرتی تھی؟“

میری کی پر نانی بولی ”ہاں میں ایسے کیا کرتی تھی مگر وجہ یہ تھی کہ جب میں نوجوان تھی تو ہمارا اون (برقی تنور) بہت چھوٹا تھا ٹرکی اس میں فٹ نہیں آیا کرتی تھی اس لیے میں نے ترکیب یہ نکالی کہ اس کی دم کاٹ دیا کرتی تھی“

اتنی لمبی بات آپ کو سنانے کا مقصد یہ ہے کہ ہم بیٹھ کر اس بات پر غور کریں کہ ہم نے بھی اپنے اپنے کلچر میں اسی فضول اور زندگی کو دشوار بنانے والی رسمیں تک جاری رکھی ہوئی ہیں۔ مثلاً لازماً جہیز کی رسم ان میں سے ایک ہے۔ وجہ یہ ہے کہ ہمارے بڑے ایسے کیا کرتے تھے۔ ہمیں اپنے کلچر کو دین اسلام کے قریب ترین لانا ہوگا۔



## کلچر اور مغرب کی مشکلات

میں نے اپنی پہلی کتاب ”روحانیت، دانش اور حقیقتیں“ میں لکھ چکا ہوں کہ معاشرے کو کنٹرول کرنے اور چلانے کے تین طریقے اگلے سفر بیان کرتے ہیں۔

1- پولیس کلچر

2- پریش کلچر

3- ضمیر یا روح کلچر

ان طریقوں میں ضمیر یا روح کا کلچر سب سے عملی، سستا اور بہتر ہوتا ہے۔ اس میں ہر شخص نہ صرف دوسروں پر چوکیدار ہوتا ہے بلکہ اپنا پولیس مین آپ ہوتا ہے۔ اور اس کی ہر حرکت کو اس کا ضمیر (یا خدا کا خوف) کنٹرول کر رہا ہوتا ہے۔ مثلاً یورپ میں سڑک پر ایک سگریٹ یا لفافہ پھینکنا بھی ایک جرم ہے لیکن پولیس کس کس کو پکڑے گی۔ اسی طرح اپنے سے کمزور لوگوں کو دبانا اور طاقتور لوگوں سے ناجائز دینا بھی جرم ہے۔ خدا کا خوف (یا روزِ جزاء کا خوف) رکھنے والا ہی اس طرح کے سینکڑوں جرائم سے بچ سکتا ہے۔

پولیس کلچر میں معاشرے کے کچھ افراد کو ہتھیار وغیرہ دے کر اس فرض پر لگا دیا جاتا ہے کہ وہ قانون توڑنے والوں کو پکڑیں گو یہ مہنگا طریقہ ہے اور اس معاشرے کی اصلاح بھی نہیں کر پاتا۔ تینوں طریقوں کی تفصیل میں اس کتاب میں بیان کر چکا ہوں۔ یہاں پر میں چند باتیں پریش کلچر کے بارے میں کہنا چاہتا ہوں۔

یہ بھی معاشرے کو کنٹرول کرنے کا ایک طریقہ ہے جو پولیس کلچر سے کچھ بہتر اور ضمیر کے کلچر سے کمزور ہے۔ مگر اس کی افادیت بہر حال اپنی جگہ پر ہے اس طریقہ میں ہم اپنے آس پاس کے لوگوں پر قانون پر چلنے کیلئے دباؤ ڈالا کرتے ہیں۔ ہم اپنے بھائی بہنوں، عزیز واقارب

اور دوستوں پر جہاں تک ہمارا زور چلتا ہے انہیں اپنی اپنی سمجھ کے مطابق صحیح اور فائدہ مند راستے پر چلانے کی کوشش میں لگے رہتے ہیں۔ اور اکثر یہ صحیح اور فائدہ مند راستہ ملکی قانون کے مطابق ہوتا ہے یا اس کے قریب ہی ہوتا ہے۔ اور اپنے مذہب کے ساتھ چلنے کی کوشش میں ہوتا ہے۔ اس میں ایک عجیب و غریب لفظ عزت کو استعمال کیا جاتا ہے اور ہر اس شخص کو باعزت تصور کیا جاتا ہے جو ان کے کلچر کے اصولوں کی پیروی کرے، چاہے وہ اصول ذات پات کی پیدائشی بنیاد جیسے ظالمانہ اصول ہی کیوں نہ ہوں۔ اس میں ہر شخص اپنے جاننے والوں پر کچھ دباؤ استعمال کرتا ہے تاکہ وہ لوگ معاشرے کے قانون پر چلیں۔ اس چیز میں لفظ کلچر بھی استعمال کیا جاتا ہے کہ تمہارا کلچر ایسا ہے یا جیسے پاکستانی کلچر میں مہمان نوازی کی بہت اہمیت ہے۔ اور کوئی مہمان نواز نہ ہو تو اسے برا سمجھا جاتا ہے۔

اسی پریش کلچر میں لوگ تنظیم سازی (یونینز وغیرہ) بنا کر متحد ہو کر ایک دوسرے پر اور گورنمنٹ پر دباؤ ڈالا کرتے ہیں۔

ہمارے ملک میں یہ دیکھا گیا ہے کہ اقلیت میں رہنے والے مختلف قبیلوں یا اقلیتی مذہبی فرقوں کے لوگ بھی آپس میں اسی دباؤ کو استعمال کرتے ہیں۔

مگر آپس میں یہ دباؤ وہاں ہی چلتا ہے جہاں پر لوگ ایک دوسرے سے واقف ہوں اور ان کا تعلق اتنا گہرا ہو کہ وہ ایک دوسرے پر دباؤ استعمال کر سکیں۔ دوسرے لفظوں میں راستے پر جاتا ہوا بندہ تو آپ کے دباؤ میں نہیں آئے گا۔

مغرب کی زندگی میں دباؤ کا کلچر ختم ہو چکا ہے کہ لوگوں کا آپس میں تعلق ہی ختم ہوتا جا رہا ہے، فیملی سسٹم ٹوٹ چکا ہے جب ان کا اپنے بہن بھائیوں پر ہی زور نہ چلے تو باہر کے لوگ آپ کی کیائیں گے۔

پھر دباؤ (پریش) کا یہ کلچر گاؤں یا چھوٹے شہروں میں چلتا ہے جہاں پر کوئی ایک دوسرے کو جانتا ہے مگر بڑے شہروں میں یہ بات نہیں چلتی۔



مغرب میں حکومتیں اور کچھ ”دانشور“ کچھ ایسی مثالیں دیتے ہیں جن میں یہ دعویٰ کیا جاتا ہے کہ بچوں کو ماں باپ کے بجائے حکومت پالنے تاکہ میاں بیوی کو اس ٹریننگ کیلئے اکٹھا رہنے کی ضرورت ہی نہ رہے۔ ماں باپ اپنی کھلی عیاشی کر سکیں۔ کچے ذہن کے نوجوانوں کیلئے یہ خوش کن خیال ہے مگر بچوں کو حکومت کے پالنے کا نظام صرف چھوٹے جزیروں اور قصبوں میں ہی کام کرتا ہے۔ جہاں پر سوشل کنٹرول (آپس میں دباؤ کا یہ نظام) چلتا ہے، بڑے شہروں میں یہ ناکام ہو جایا کرتا ہے کہ کوئی اپنے پڑوسی تک کو نہیں جانتا تو دباؤ کیسا۔ مغرب کے معاشرے کو بڑی گہرائی میں پڑھنے کے بعد میں اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ ان سے کلچر کی بحث میں یہی ایک آخری نکتہ ہے کہ جس کا ان کے پاس کوئی جواب نہیں ہے کہ اکیلی ماں اپنے بچوں کی پرورش (اصل میں صحیح پرورش) نہیں کر پاتی۔ اگر اکیلی ماں بچوں کی صحیح پرورش کر پائے تو پھر مغرب کے کلچر پر آج کل نکتہ چینی کرنا بہت ہی مشکل ہوگا کہ ان کے کلچر کی دوسری خرابیاں کھل کر سامنے آنے میں ابھی کچھ وقت لگے گا کہ فی الحال لوگوں کو مالی حفاظت (Social Security) مفت تعلیم اور میڈیکل سہولتیں) کا مہنگا ترین نظام دیکر معاشرے کو صحیح چلانے کی کوشش میں بظاہر کامیاب ہی ہیں لیکن اب مغرب کے سوشل سیورٹی کا یہ نظام دولت کی کمی کا شکار ہونے لگ پڑا ہے۔ حکومتوں کے پاس اب ماؤں کو گھروں میں بٹھا کر اولاد پالنے کے پیسے دینے کیلئے دولت باقی نہیں رہی کہ چین اور انڈیا ان کی دولت پر ”ڈاکہ ڈالنے“ لگ پڑے ہیں۔ اور مغرب کے ممالک اپنی دولت جاتی اور اپنے نظام کے پرزے اڑتے دیکھ کر اب چین کے خلاف ”مقدس جنگ“ میں امریکہ کے ساتھ مصروف ہو گئے ہیں۔ انڈیا کی باری بعد میں آئے گی۔

میں بڑے عرصے یورپ میں رہ رہا ہوں اس قسم کے بے شمار لڑکے، لڑکیوں کو ملنے کا اتفاق ہو چکا ہے جو بچپن سے ہی بے گھر بچوں کے گھروں (ہاسٹلز) میں رہ کر جوان ہوئے ہیں۔ اس میں یہی دیکھنے میں آیا کہ اگر یہ سارے کے سارے نہیں تو ان کی بہت بڑی اکثریت بارہ، تیرہ سال کی عمر سے ہی زیادہ پیسے کمانے کی کوششوں میں مصروف ہو جاتے

ہیں۔ لڑکوں کیلئے یہ کوششیں ہالینڈ میں عموماً منشیات سے متعلق ہوتی ہیں۔ وہ مختلف قسم کی نشہ آور چیزیں (ڈرگز) بیچ کر زیادہ پیسے کمانے کی کوشش میں ہوتے ہیں۔ اور اکثر اسی چکر میں خود نشہ (ڈرگ ایڈکٹ) بن جاتے ہیں۔ مختلف بیماریوں کا شکار ہو جاتے ہیں اور اکثر جیل ہی ان کا ٹھکانہ بنتی ہے۔ کوئی فیملی نہ ہونا، اندرونی سکون نہ ہونا، زندگی میں کوئی مقصد نہ ہونا (جو کہ مغرب کے دوسرے نوجوانوں کا مسئلہ بھی ہے) پھر وہ زندگی کا زیادہ سے زیادہ مزہ لینے اور اسی چکر میں جنس اور نشہ آور دوائیوں (ڈرگز) کے زیادہ سے زیادہ استعمال میں رہتے ہیں جس میں وہ مختلف بیماریوں کا شکار بھی ہو جاتے ہیں جو اکثر لاعلاج ہوتی ہیں۔

وہاں ایسی لڑکیوں کی حالت لڑکوں کی نسبت زیادہ افسوسناک ہے، لڑکیاں لڑکوں کی نسبت جلدی بالغ ہو جاتی ہیں بے گھر بچوں کے گھروں میں رہنے والی بچیاں اپنے سے بڑی عمر کے لڑکوں کے ہتھے چڑھ جاتی ہیں یہ بچیاں خود بھی زیادہ سے زیادہ پیسے کمانے کے چکر میں ہوتی ہیں اس وجہ سے ان کی بہت بڑی تعداد جسم فروشی شروع کر دیتی ہے۔ اس کام کو یورپ کے زیادہ تر ملکوں میں سزا آور (بلکہ غیر قانونی بھی) نہیں سمجھا جاتا۔ اور اخلاقی طور پر یورپ کے لوگ اسے موجودہ دور میں کوئی ایسا برا بھی نہیں سمجھتے۔ جسم فروشی غریب ملکوں (اکثر مشرقی یورپ والوں) کی اکثر لڑکیوں اور ہالینڈ کی ایسی لڑکیوں کا پیسہ کمانے کا آسان ذریعہ سمجھی جاتی ہے۔

ایسی لڑکیاں پیسے کمانے شروع کر دیتی ہیں تو ان سے زیادہ بڑی عمر اور زیادہ چالاک لڑکے ان کے ساتھ ہو جاتے ہیں بلکہ یہ پیشہ ور دلالوں کے ہتھے بھی چڑھ جاتی ہیں جو بہت ظالم لوگ ہیں۔ زیادہ پیسے کمانے کی صورت میں ایسے دلالوں کی حفاظت کے بغیر ان کا گزارہ نہیں ہو پاتا۔ طوائفیں ڈرگز (خصوصاً کوکین) کے بغیر یہ کام کم ہی کر سکتی ہیں جو کہ بڑی مہنگی ہوتی ہیں۔ یہ نوجوان لڑکیاں اکثر مختلف قسم کے نشوں کی عادی اور مختلف لاعلاج قسم کی جنسی بیماریوں کا شکار بھی ہو جاتی ہیں۔

ساری عمر یہ انہی چکروں میں پڑی رہتی ہیں، فیملی لائف تو انہوں نے بچپن سے دیکھی



ہی نہیں ہوتی، نہ ہی انہیں اس کی ایسی ضرورت محسوس ہوتی ہے اور ان کی اولاد شروع سے ہی جرائم میں گھری ہوتی ہے۔ ان کی اولاد کی اصلاح کی توقع ہی فضول ہے۔

غرض کہ مغرب کا مادی طور پر انتہائی پر آسائش بلکہ اس طریقے میں جنت نما نظر آنے والا معاشرہ ایک ایسے شیطانی چکر میں پھنس چکا ہے جس میں کوئی کسی پر اعتماد نہیں کرتا بلکہ اپنے بھائی بہن پر بھی اعتماد کرنا بہت ہی مشکل ہو چکا ہے۔ کہ انہیں بھی تھوڑے زیادہ پیسے ادھار دے دیں تو وہ پیسے لیکر بھاگ جاتے ہیں۔

کوئی کسی سے پیار تک نہیں کرتا کہ پیار کیلئے دوسرے پر اعتماد ضروری ہے یہ دل سے کیا جاتا ہے دماغ کے کنٹرول سے نہیں۔ اور آج کل مغرب میں پیار بھی دماغ سے کیا جاتا ہے۔

مغرب پچھلے تیس چالیس برسوں میں تو اپنے نظام کو بے پناہ پیسے کے زور پر کامیابی سے چلاتا رہا اور اس کی خوبیوں کا پراپیگنڈہ بھی زور و شور سے کر رہا ہے۔ مگر بے حد مہنگا یہ نظام ابھی سے ناکامی کا شکار ہونے لگ پڑا ہے ”اور اس مہنگے نظام کو ناکامی سے کوئی نہیں بچا سکتا“۔

خود میں اپنے پاس آنے والے مغربی لوگوں کو بتاتا ہوں کہ دوسروں پر اعتماد کرنا سیکھیں تو وہ کہتے ہیں کہ وہ ایسا نہیں کر سکتے۔ میں انہیں عقلمندانہ اعتماد کرنے کا بتاتا ہوں مگر انہیں شروع سے ہی سکھایا جاتا ہے کہ کسی پر اعتماد مت کرو۔ حالانکہ اعتبار کر کے تھوڑا بہت نقصان کز لینا اس سے بہتر ہے کہ انسان کسی پر اعتبار ہی نہ کرے کہ کسی پر اعتبار نہ کرے تو کوئی تم پر بھی اعتبار نہیں کرے گا اور ایک دن تم خود بھی اعتبار کرنا چھوڑ جاؤ گے۔

کسی پر اعتبار نہ کرنے والا کبھی خوش نہیں رہ سکتا، حقیقت یہ ہے کہ وقت کا پیہہ آج کل بڑی تیزی سے گھوم رہا ہے، دنیا نئے ملینیم میں پہنچ چکی ہے اور گلوبل ویج میں تبدیل ہو چکی ہے۔ پرانی قدریں ختم ہو رہی ہیں۔ پہلے رسوم و رواج ختم ہو رہے ہیں مگر مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ ہمارے اکثر رواج قبائلی دور کے ہیں اور قبیلے اب شہروں میں آکر بٹ گئے ہیں اور ختم ہو چکے ہیں۔ مگر ہم لوگوں نے آپس میں تعلقات کو اسی پرانی طرز پر رکھا ہوا ہے۔

کلچر سے متعلقہ اتنی لمبی داستان سنانے کا مقصد مغرب کے غلط تجربات سے کچھ سیکھنا ہے کہ ہمارا ملک آج کل اسی ڈگر پر جا رہا ہے۔ میں لمبی بات کرنے کے بجائے اصل بات پر آتا ہوں۔

اب آپ اپنے بچوں کو دبا کر ان کی صحیح ٹریننگ نہیں کر سکتے بلکہ آپ انہیں دوست بنا کر انہیں بہتر بنا سکتے ہیں خصوصاً یورپ میں رہنے والے پاکستانی تو مجبور ہیں کہ اگر وہ بچوں پر ذرا سا بھی سختی کریں تو حکومت آکر بچوں کو بورڈنگ ہاؤس میں لے جاتی ہے اور والدین کا ان سے ملنا ہی ممنوع ہوتا ہے۔ پھر ان بچوں کا خدا ہی حافظ ہوتا ہے۔

وہاں پر بیویوں کے ساتھ بھی اب دباؤ کے ساتھ گزارہ نہیں چلتا۔ وہ دباؤ جو پاکستان میں ہم اپنی بہنوں بیٹیوں پر ڈال کر انہیں اپنے خاوند کے ساتھ (اچھی یا بری) زندگی گزارنے پر مجبور کرتے ہیں۔ آپ مغرب میں اپنی بیوی کو دوست رکھ کے ہی اس کے ساتھ ہنسی خوشی زندگی گزار سکتے ہیں (بیوی کو دوست بنالیں تو پھر آپ کا پیار بڑھتا ہی چلا جاتا ہے)۔

مثال کے لیے عرض ہے کہ پہلے بوڑھے مردوں کو کہا جاتا تھا کہ نو جوان عورت سے شادی کر لو، عمر بڑھ جائے گی۔

اب یہی کرد تو الٹا عمر دو تین سال ہی باقی رہ جاتی ہے۔ کہ بوڑھے کی نو جوان بیوی اب دباؤ کے کلچر سے آزاد ہو چکی ہے اور اب وہ بوڑھے کے ساتھ ہوتی ہے مگر اس کی نظریں اور دل کسی نو جوان کے ساتھ ہوتے ہیں۔ پہلے بہن بھائی اور ماں باپ اپنی عزت کا واسطہ دے کر (یعنی پریشردال کر) ایسی لڑکی کو دائیں بائیں جانے سے روکتے تھے۔ قلندر یہاں پر ایک لطیفہ سنارہا ہے۔

امریکہ میں ایک آدمی بڑے فخر سے اپنے دوستوں کو بتا رہا تھا کہ اس کی ازدواجی زندگی بڑے سکون میں گزر رہی ہے کبھی کوئی لڑائی جھگڑا نہیں ہوا۔ دوست یہ سن کر بڑے حیران اور Impress تھے۔



آخر ایک دوست نے اس کی وجہ پوچھی تو وہ آدمی کہنے لگا کہ گھر میں بڑے فیصلے میں کرتا ہوں اور چھوٹے چھوٹے فیصلے بیوی پر چھوڑ دیتا ہوں۔ اسی وجہ سے میری زندگی میں بڑا سکون ہے۔

دوست مزید متاثر ہوئے اور کچھ دیر خاموشی کے بعد آخر ایک دوست نے ہمت کر کے اس سے پوچھا کہ بڑے فیصلے تم کسے کہتے ہو اور چھوٹے فیصلے کیا ہوتے ہیں۔

وہ آدمی کہنے لگا ”بڑے فیصلے یہ ہوتے ہیں کہ مثلاً امریکہ کو روس کے خلاف سرد جنگ جاری رکھنی چاہیے یا نہیں؟ چین کے خلاف فوج کشی کرنی چاہیے یا نہیں؟ امریکہ کو مرنخ پراپیس مشن بھیجنا چاہیے یا نہیں؟ ایسے بڑے بڑے انٹرنیشنل قسم کے فیصلے میں کرتا ہوں اور چھوٹے چھوٹے فیصلے جیسے ہماری رہائش کس شہر میں ہونی چاہیے؟ ہمارے بچوں کو کس قسم کی تعلیم حاصل کرنی چاہیے؟ مجھے دن میں کتنا اور ٹائم کام کرنا چاہیے؟ اس قسم کے چھوٹے چھوٹے فیصلے میری بیوی کرتی ہے۔ اسی وجہ سے ہمارا کبھی جھگڑا نہیں ہوا۔“

بہر حال ایسی ”مفاہمت“ نہ سہی پھر بھی آپ کی بیوی بہر حال انسان تو ہے ہی۔ اسے اسلام کے جائز حقوق دے کر ہی آپ اپنے گھر کو سکون کا گہوارہ بنا سکتے ہیں۔ اب مغرب کے لوگوں کی اکثریت اپنے کلچر سے سخت متنفر ہے اور ان کی اکثریت اکیلے پن کی وجہ سے بڑے (Stress) کا شکار ہے کہ کوئی شخص اکیلا خوش نہیں رہ سکتا اگر ان لوگوں کو اسلام کا صحیح پیغام مل جائے تو پھر مسلمان ہونے والوں کی تعداد کئی گنا بڑھ جائے گی۔ اسلام کے صحیح شریعتی پیغام کی تشریح تو آج کل کچھ مسلمان مبلغ (خصوصاً ذاکر نائیک) بڑے صحیح طریقے سے کر رہے ہیں مگر طریقت کی صحیح تشریح ابھی تک وہاں نہیں پہنچی۔ گو مولانا روم کے پیغام سے یورپ کے خاصے لوگ واقف ہیں۔ ذاکر نائیک صاحب کا پیغام ہندو اور عیسائیوں کیلئے ہے اور یورپ کی اکثریت عیسائیت چھوڑ چکی ہے گو افریقہ، ایشیاء اور جنوبی امریکہ کے لوگ ابھی تک عیسائی ہیں۔ ضرورت اس بات کی بھی ہے کہ مغرب لوگوں کو بتایا جائے کہ دین اسلام نہ صرف فیملی لائف (Family)

(Life)، (ماں، بہن، بھائی، باپ، بیٹا، بیٹی، چچا، ماموں وغیرہ) کو اکٹھا کرتا ہے بلکہ انسان کو پوری طرح صحت مند رکھتا ہے اور انسان دوسرے بیماروں کو بھی صحت مند کر سکتا ہے ہر شے آسانی سے پا سکتا ہے اور مکمل طور پر خوش رہنے اور اندرونی سکون پانے کے علاوہ مکمل کامیاب طریقے سے عملی زندگی بھی گزار سکتا ہے کہ اسلام پیسے کمانے سے نہیں روکتا بلکہ پیسے کو اللہ سے زیادہ پیارا رکھنے سے روکتا ہے۔ پھر ہر شے آپ نے اللہ کی بتائی ہوئی حدود میں کرنی ہے اور یہ سب حدود قانونِ فطرت کی حدود ہیں اور ان حدود کو بنانے میں کائنات کی سب سے عظیم، سب سے گہری دانش استعمال ہوئی ہے۔ اسلام پر عمل زندگی کو مشکل نہیں بلکہ آسان کرتا ہے قرآن پاک میں لکھا ہے کہ قرآن مشکل کیلئے نہیں بلکہ آسانوں کیلئے آیا ہے۔



## غربت و ناکامی کی وجہ اور اس کا علاج

دنیا میں غریب اور ناکام لوگوں کے زیادہ ہونے کی ایک ہی وجہ ہوتی ہے کہ وہ ذہن میں بھی غربت کا خوف اور ناکامی کو ہی دھراتے رہتے ہیں۔ خوف ہی دراصل آپ کی ناکامی، بیماری اور خرابی تعلقات کی وجہ ہوتا ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ ہمیشہ خوشگوار حالات اور بہتری کی توقع رکھیں پھر بہتری ہی ملے گی۔

جو کوئی بھی ذہن میں کامیابی، خوشی اور آسان زندگی کو گھماتا ہے اسے یہی کامیا بیاں آسان زندگی اور خوشیاں ہی ملتی ہیں۔ جو بھی ذہن میں آدھے سے زیادہ وقت (کوئی 55 فیصد وقت) جو سوچ گھماتا ہے اسے وہی کچھ ملتا ہے۔ آپ کا ذہن اس طرح کام کرتا ہے کہ اگر آپ اسے کہتے ہیں کہ آپ کہ ”ابھی سے“ کھلے پیسے اور معقول آمدنی مل رہی ہے تو پھر چند ہی ہفتوں میں وہ ان پیسوں اور آمدنی کو تخلیق کرنا شروع کر دیتا ہے۔ لاشعور کی بے پناہ طاقت کیلئے یہ بالکل آسان کام ہے۔

لاشعور اپنے پیغام آپ کے شعور کے راستے ہی لیتا ہے کہ آپ جو کچھ بھی سوچتے ہیں آپ جس بھی سوچ کو ذہن میں زیادہ وقت (آدھے سے زیادہ وقت) گھماتے ہیں لاشعور اسے یہی حکم سمجھ لیتا ہے۔ (لاشعور کو بچوں کی اچھے، برے کی کوئی تمیز نہیں ہوتی) اور پھر وہ اس کی تکمیل میں کوشاں ہو جاتا ہے۔ وہ انہیں تخلیق کرنے کی مکمل صلاحیت رکھتا ہے۔

غریب لوگ اکثر اپنے حالات اور موجودہ وسائل کو دیکھ کر غربت، پریشانیوں (اخراجات، قرضے اور بلوں کی ادائیگی وغیرہ) کی سوچوں کو ہی زیادہ تر وقت ذہن میں گھماتے رہتے ہیں۔ اسی وجہ سے ان کا لاشعور ایسا ہی ماحول اور ایڈوانسز تخلیق کرتا ہے جو انہیں ایسے حالات میں پھنسائے رکھتا ہے۔

## اس کا علاج

ان میں سے جو لوگ بھی اپنے موجودہ حالات اور وسائل کو دیکھ کر کمزور نہ ہوں، نہ ہی گھبرائیں بلکہ مثبت ذہنی سوچ اور رویہ رکھیں اور سوچیں کہ انہیں بھی کامیابی مل رہی ہے اور وہ ”ابھی سے“ کامیابی کے اندر داخل ہو چکے ہیں اور وہ ابھی سے معقول پیسے کما رہے ہیں تو وہ تھوڑے ہی دنوں (چند ہی ہفتوں میں) اس طرف چل پڑیں گے۔

صرف وہ ایسا قدم بقدم کریں یعنی پہلے چند بار چھوٹی موٹی چیزوں کی خواہش کریں اور پہلے دن ہی لینڈ کروزر وغیرہ کی سوچ نہ رکھیں بلکہ موٹر سائیکل یا سوزوکی کار وغیرہ سے ہی شروع کریں۔ اپنی حیثیت کے حساب سے پھر قدم بقدم اسے بڑھائیں۔

چھوٹی موٹی چیزوں کہ کامیابی سے حاصل کر لینے کے بعد آپ کا یقین لاشعور کی اس صلاحیت اور طاقت پر پختہ ہو جائے گا تو پھر آپ اسے با آسانی بڑی کامیابیوں کیلئے استعمال کر سکتے ہیں۔ یہ یقین پختہ کرنا حالات تبدیل کرنے کیلئے اہم ترین اور پہلا قدم ہے۔ دراصل ہمارے یقین کو مضبوط کرنے کے لیے ہمیں دلیلیں اور ثبوت ضرورت ہوتے ہیں یہ کامیا بیاں ایک عملی ثبوت ہوتی ہیں۔ لیکن زیادہ بڑی کامیابیوں (جیسے وزیر وغیرہ بننا) کیلئے زیادہ بڑے یقین اور زیادہ بڑی روحانی توانائی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس توانائی کو آپ اور آپ کے گھر والے نوافل (خصوصاً تہجد) اور قرآن پاک کے پڑھنے وغیرہ سے یقینی طور پر حاصل کر سکتے ہیں۔ دوسری روحانی مشقیں بھی اس سلسلے میں کچھ نہ کچھ مددگار ہوتی ہیں۔ لیکن ساتھ انسان کی مثبت سوچ اور ہمت بہت ضروری ہے۔

اسکے بعد انسان جس بھی گروپ (سیاسی وغیرہ) سے منسلک ہو جاتا ہے اس گروپ کی متحدہ انرجی (چاہے کم ہو یا زیادہ) اس کی مدد اور بیک پر آ جاتی ہے۔ اسی انرجی کی وجہ سے اکثر بڑے لیڈروں کو بددعاؤں اور دوسری منفی سوچوں وغیرہ کا کم ہی اثر ہوتا ہے۔

عام غریب انسان امیر اس وجہ سے بھی نہیں ہو پاتا کہ وہ یہ سمجھتا ہے کہ اس کے ذہن



میں اندر سے نہیں بلکہ باہر کوئی تبدیلی آئے گی۔ مثلاً کوئی اچھا کاروبار یا بڑا سا گھریا امیر گھر میں شادی ہو جائے گی تو وہ خوش قسمت اور امیر بن جائے گا۔

وہ اپنے سے باہر ہی ان تبدیلیوں کے انتظار میں ہوتا ہے حالانکہ اگر وہ اپنے اندر تبدیلی پیدا کرے، اپنے یقین (Believing) میں مثبت تبدیلی کرے تو یہ تبدیلی اندر سے اٹھے گی۔ جب وہ اندر سے تبدیل ہو جائے گا یعنی جب وہ اپنی سوچ و یقین کو مثبت اور مضبوط کرنا شروع کرے گا تو پھر اس کے باہر بھی ہر چیز تبدیل اور بہتر ہو جائے گی۔

ہم سب کو یہ سمجھنا چاہیے کہ جب ہم اندر سے تبدیل ہوتے ہیں تو پھر ہمارے باہر ہر ایک چیز تبدیل اور بہتر ہو جاتی ہے جب ہم اندر سے تبدیل نہیں ہوتے ہیں تو پھر باہر چیزیں ویسی کی ویسی ہی رہتی ہیں۔

”باہر سے تبدیلی شروع کرنا غلط سوچ اور بہت مشکل راستہ ہے، اندر سے خود کو تبدیل کرنا بہت آسان، کامیاب اور یقینی راستہ ہے“

اندر سے ہی مثبت سوچ، فیتھ، انرجی سب کچھ آتا ہے، یہ اندرونی انرجی ہی مادے میں تبدیل ہوتی ہے، عزت، شہرت اور دولت اسی انرجی (یا نور) کی ہی تبدیل شدہ شکلیں ہیں۔ آپ اسے جس صورت میں بھی چاہیں کیش کرالیں۔ دانشمند انسان اسے خدا کی بتائی ہوئی حدود کے اندر رہتے ہی کیش کرواتے ہیں

بابا بلھے شاہؒ نے کہا ہے

پڑھ پڑھ عالم فاضل ہوئیوں کدی اپڑیں آپ نوں پڑھیا ای نہیں  
بھج بھج وڑناں اے مندر مسیحت، من اپڑیں وچ وڑیا ای نہیں

## کیا برے لوگ زیادہ ہیں؟

سوال: دنیا میں بروں کی تعداد زیادہ کیوں ہے؟ کیا یہ دنیا (ہمارا ملک) کبھی صحیح بھی ہو گی؟

جواب: دنیا میں اچھوں بروں کا ایک تناسب ہی رہتا ہے یہ انچاس اور اکاون فیصد فیکر سے آگے پیچھے شاذ و نادر ہی ہوتا ہے اور اکثر اسی فیکر کے آس پاس گھومتا رہتا ہے۔ دنیا اس معاملے میں اب تک بہت کم تبدیل ہوئی ہے۔ گو ہم نے ہر دور میں بڑوں سے سنا ہے کہ پچھلا وقت بہتر تھا۔ اگر آپ پیچھے تاریخ میں چلے جائیں تو یہی کچھ سننے کو ملے گا۔ مثال کے طور پر میں پانچ ہزار سال پرانے اہرام مصر میں اسی موضوع پر لکھی ہوئی ایک تحریر کا حوالہ دیتا ہوں۔

اس میں ایک مصری خودکشی کرتے وقت یہ کہہ رہا ہے ”آخر میں کیا کروں؟ کہاں جاؤں؟ میرے عزیز واقارب لفنگے نکلے، دوستوں کے دل محبت سے بالکل خالی ہیں۔ کیسا زمانہ آگیا ہے؟ بغیر مطلب سے کوئی کسی سے بھلائی نہیں کرتا۔ جو شریف ہیں وہ ذلیل ہو رہے ہیں اور ذلیل پھل پھول رہے ہیں۔ آخر میں کیا کروں؟ کہاں جاؤں؟“

یہی بات بے شمار لوگ (ہمارے سمیت) تقریباً انہی لفظوں میں پچھلے ہزاروں سال سے دہرا رہے ہیں اور طوطے کی طرح اسی میں لگے ہوئے ہیں۔

کنفیوشس نے کہا ”کسی ملک میں اگر عادل بادشاہ ہو تو وہاں جرم کم ہو جاتے ہیں۔ اور اگر دوسری نسل میں بھی عادل بادشاہ ہو تو جرم بہت ہی کم ہو جاتے ہیں۔ اور اگر وہاں تیسری نسل میں بھی عادل بادشاہ ہو تو وہاں مجرم ہی ختم ہو جاتے ہیں۔“

کنفیوشس کی بات بالکل صحیح ہے۔ اس بات کو اگر الٹا کر کے پڑھیں ایک مختلف بات سامنے آئے گی جو کہ اتنی ہی صحیح ہوگی کہ اگر کسی ملک میں غیر عادل بادشاہ (آج کل غیر عادل



(حکومت) ہو تو اس ملک میں جرم بڑھ جائیں گے اور دوسری نسل میں بھی غیر عادل بادشاہ (حکومت) ہو تو وہاں جرم بہت ہی زیادہ ہو جائیں گے اور اگر تیسری نسل میں بھی غیر عادل بادشاہ (حکومت و نظام) ہو تو وہاں پر مجرم ہی مجرم ہو جائیں گے۔

تاریخ میں ایک بادشاہ کا اوسط وقت کوئی 20 سال ہی نکلتا ہے (اگر اسے نارمل زندگی ملے اور قتل نہ کیا جائے)۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ پاکستان کے 1947ء سے 1967ء تک ایک غیر عادل دور گزر جس میں جرم بڑھے پھر 1967ء سے 1987ء اس میں جرم بہت بڑھ گئے تیسرا غیر عادل دور آیا جو 1987ء سے 2007ء تک چل رہا ہے اس میں ہر طرف مجرم ہی مجرم ہو گئے ہیں۔

اسمیں قصور لوگوں کا نہیں ہے بلکہ عدل (Rule Of Law) کے نہ ہونے کا ہے۔ عدل آگیا تو پھر سے وقت کا پہرہ نیچے سے اوپر جانا شروع ہو جائے گا۔ سقراط نے علم کو ہی نیکی کہا ہے۔

بات یہی ہے کہ لوگوں کو یہ علم نہیں ہے بری راہ انہیں بڑے تھوڑے وقت کی خوشیاں بقایا ساری عمر کی بے سکونیاں، ذہنی پریشانیاں اور بیماریاں وغیرہ ہی دے گی۔ اگر انہیں اس کا علم ہو جائے اور سیدھی راہ کے فوائد معلوم ہو جائیں تو سب لوگ خود بخود ہی سیدھے راستے پر آجائیں گے۔

سچی بات یہ ہے کہ اندر سے ہر آدمی اچھا ہوتا ہے، آپ نے صرف اسے نیکی کی اہمیت اور بدی کے نقصانات کا بتانا ہے۔ اور ان کی ذہنی سطح کے حساب سے انہیں بتائیں پھر ہی انہیں اس کی سمجھ آئے گی۔ ہم نے لوگوں کو زندگی کا شعور دینا ہو گا وہ خود بخود ہی اچھی طرف ہو جائیں گے۔ دینی شعور وہ خود ہی سیکھ لیں گے۔

غلط راستے (جھوٹ و فراڈ وغیرہ) پر چلنے والا آدمی اگر دولت اکٹھی کر بھی لے تو نوے فیصد یہ دولت اس کے ہاتھ سے نکل جاتی ہے اور باقی دس فیصد صورتوں میں بیماریاں، پریشانیاں

اور دوسری بے برکتیاں اس کا پیچھا نہیں چھوڑتیں۔ اور سب سے اہم بات کہ جھوٹ و فراڈ کی راہ پر چلنے والے اپنا اچھا دل کھودیتے ہیں۔

لوگوں پر بھروسہ کرنا چھوڑ دیتے ہیں۔ وہ کسی پر اعتبار نہیں کرتے، کوئی ان پر اعتبار نہیں کرتا۔ بلکہ ایک دن یہ خود پر بھروسہ کرنا بھی چھوڑ دیتے ہیں۔

اگر ان کے پاس دولت آ بھی جائے تو پھر بھی ہر کوئی ان کے پاس ان کی شخصیت کی وجہ سے نہیں بلکہ ان کی دولت کی وجہ سے آتا ہے۔ اور وہ اپنی دولت بچانے میں لگے رہتے ہیں۔ بری راہ میں آپ اپنی عاقب کو تو خراب کرتے ہیں ہی آپ اپنے اچھے دل سے بھی ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔ اور اچھا دل نہ ہو تو کوئی بھی اس شخص کو پسند نہیں کرتا۔ اللہ ایسی دولت سے ہم سب کو بچائے۔ (آمین)

(میں اپنی دوسری کتاب ”روحانیت اور شعور زندگی“ میں اس کے بارے میں کافی کچھ لکھ چکا ہوں)

اس بات کا مجھے دل کی گہرائیوں سے یقین ہے کہ اسلام بالکل سچا اور فطرت کے اصولوں سے مطابقت کرتا ہو دین ہے۔ اس میں صرف خدا پر یقین ہی بغیر دیکھے، سنے، چھوئے اور سونگھے کا یقین ہے۔ باقی اس کی ہر بات عقل کے مطابق ہے گو ہمارے علماء اس کی زیادہ مناسب طریقے سے تشریح نہیں کر پائے۔ گو آج کل کچھ مسلمان علماء (مثلاً ذاکر نانیک صاحب، ڈاکٹر اسرار احمد صاحب وغیرہ) اس جدوجہد میں لگے ہوئے ہیں۔ مگر دنیا میں شعور بلند ہونے کے بعد دنیا کی زیادہ تر تعداد دین اسلام کی سچائی کا اعتراف کرے گی۔ یہ فطرت کا دین ہے اس کی ہر ایک چیز عقل سے مطابقت کر رہی ہے۔ یہ میرا ایمان ہے کہ مستقبل میں ہر رنگ و نسل کے باشعور انسانوں کی اکثریت اسی دین کو اپنائے گی بس بنی نوع انسان کو شعور دینے کی جدوجہد کریں انسانیت ابھی اپنی ترقی و شعور کی ابتداء میں ہے۔



## شعور، صحت اور سٹرپس

زندگی کا شعور اس لیے بھی ضروری ہے کہ اگر یہ نہ ہو تو آج کل پیچیدہ زندگی کا دباؤ ہمیں بیماری (اور اکثر لاعلاج قسم کی بیماری) میں مبتلا کر دیتا ہے۔ اور اس شعور کے نہ ہونے کی صورت میں آس پاس کے لوگوں سے بد مزگی، جھگڑا و فساد، خود بے چین رہنا، بے سکونی اور بے شمار قسم کی پیچیدگیاں جنم لیتی رہتی ہیں۔ انسان کے پاس جتنی بھی دولت ہو پھر بھی وہ خوش اور سکون و آرام میں نہیں رہ سکتا۔

باشعور آدمی جانتا ہے کہ اس نے زندگی میں مسائل کا سامنا کیسے کرنا ہے۔ وہ جانتا ہے کہ کوئی مشکل یا مسئلہ جو اس وقت ناقابل حل ہے جیسے آپ کی والدہ خدا نخواستہ ناقابل علاج بیماری میں مبتلا ہے اور ہر طرح کے ڈاکٹر جواب دے چکے ہیں تو اس پر پریشان ہو کر وہ اپنی والدہ کی مدد کی بجائے ان کیلئے مزید مشکلات کھڑی کرے گا کہ پریشانی سب انرجی اور توانائی کو ختم کر کے انسان کو افسردہ اور مایوس کر دیتی ہے۔ اور اگر وہ پریشان نہیں ہوگا تو کم از کم والدہ کہ ہنسانے، کھلانے اور بہلانے میں مصروف رکھے گا۔ اور اس میں والدہ کے علاج کیلئے کچھ کمانے کے لیے سکت بھی ہوگی۔ اور اگر خود پریشان رہا تو کچھ عرصے کے بعد خود بھی کسی بیماری (اور شاید لاعلاج بیماری) میں مبتلا ہو سکتا ہے کہ ہر بیماری کے پیچھے سب سے بڑی وجہ پریشانی اور سٹرپس ہی ہوتا ہے۔

قابل حل قسم کی پریشانیوں کو بھی دو حصوں میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔

ایک جو مکمل طور پر حل ہو جائے۔

دوسری جس کا کچھ حصہ یا آدھی حل ہو جائے۔ جیسے آپ نے کسی کا قرضہ دینا ہو تو

پورا قرضہ واپس کرنے کی سکت نہ ہو تو اس سے قسطیں کر لیں تاکہ قرض خواہ سے چھپتے اور اسی چکر

میں سارا دن جھوٹ بولتے اور اپنے گھر والوں سے بھی یہی کچھ کرواتے پھریں۔

وہ پریشانی جو حل نہ ہو سکتی ہو جیسے اپنی والدہ یا گھر کے فرد کی کوئی لاعلاج بیماری اس کے بارے میں سوچ کر ہر وقت سر پر بٹھانے کے بجائے اسے اللہ پر چھوڑ دیا جائے وقت خود ہی اسے حل کر دے گا۔ یہ یاد رکھیں کہ آپ ہی وہ ہستی ہیں جو صحت مند اور توانائی میں رہ کر ان کی مدد کر سکتی ہے اور آپ کا پریشان ہونا اس مشکل کو حل کرنے کی بجائے الٹا چار گنا بڑھا دے گا۔

زندگی کا شعور نہ تو انسان خوش ہی نہیں رہ سکتا چاہے اسکے پاس دنیا کی ہر مادی چیز موجود ہو وہ ناخوش ہی رہے گا۔

زندگی کا شعور حاصل کیے بغیر سیاسی شعور کی کوشش کریں تو بھٹک جائیں گے۔ زندگی کا شعور نہ ہو تو مذہبی شعور بھی نہیں آیا کرتا۔ اور اس میں بھٹکنے کے بھی امکانات بہت زیادہ ہوتے ہیں۔

یہ مت بھولیں کہ خوش رہنا اور چیز ہے اور مشکلات و مسائل کا سامنا کرنا مختلف چیز ہے۔ کچھ خوش رہنے والے بھی چند مسائل کا سامنا کرتے ہیں تو وہ اپنی جگہ چھوڑ سکتے ہیں۔ اور مستقل طور پر بیمار ہو سکتے ہیں۔ ہم میں سے بہت بڑی اکثریت پیسے کمانے کے لیے ہر قسم کے طریقے (اچھے یا برے) کو سیکھ لیتی ہے لیکن اسی دوڑ میں ہم (Stress) کا شکار ہو کر صحت سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں پھر وہ پریشانی جو (Stress) اور بیماری کا سبب بنی ہے وہ تو چند ہفتے یا مہینوں کے بعد ختم ہو جاتی ہے مگر بیماری مستقل طور پر انسان کے ساتھ رہتی ہے اور اگر لاعلاج بیماری ہے تو وہ کمایا گیا پیسہ بے کار ہی ہوتا ہے کہ نہ انسان میں خوش رہنے کیلئے موجود ضروری توانائی رہتی ہے اور نہ ہی اس بیماری کا علاج ہو سکتا ہے بلکہ وہ پیسہ اپنی صحت کی بحالی کی ناکام کوششوں میں ہی خرچ ہوتا چلا جاتا ہے۔

ایک اہم بات یہ ہے کہ آپ کا پریشان ہونا آپ کی مشکل کو حل نہیں کرے گا۔ وہ اسی جگہ پر رہے گی۔ پریشان ہو کر تو آپ مشکل کو ناقابل حل بنا لیں گے۔



زیادہ بڑی مشکل کی صورت میں یہ دیکھیں کہ یہ مشکل آپ کا زیادہ سے زیادہ کیا بگاڑ سکتی ہے؟ اور یہ زیادہ سے زیادہ آپ کو کہاں تک لے جاسکتی ہے؟ اس کے بعد دیکھیں کہ اس کے حل کی آسان اور بہتر صورتیں کیا ہیں اب آپ آسان اور مشکل دونوں صورتوں کیلئے تیار رہیں آپ کے دل میں خوف نہیں رہے گا۔ ہم اپنی زندگی کا زیادہ حصہ ڈر و خوف میں رہ کر ہی گزارتے ہیں۔ ڈر کے بغیر ہی زندگی

کا اصل لطف ہے۔

مشرق و مغرب کی روحانیت میں اپنے مقصد کے حصول کیلئے لاشعور کی طاقت کو استعمال کیا جاتا ہے اس میں اپنے لاشعور کو اپنے مقصد کے لیے ”ابھی سے“ حاصل ہو جانے کا تصور دکھایا جاتا ہے۔ لاشعور جب اس تصور کو بار بار دیکھتا ہے تو اسے مان لیتا ہے۔ اور انسان کو ان حالات اور ماحول میں لے جاتا ہے جہاں یہ چیزیں پائی جاتی ہیں بلکہ روحانی طاقت رکھنے والوں کا لاشعور تو ایسی چیزوں کو تخلیق کر لینے یا کہیں دور سے لادینے کی طاقت بھی رکھتا ہے۔

در اصل انسان میں اللہ تعالیٰ کے نور کا ایک ذرہ موجود ہے، انسان اللہ کا نائب یا خلیفہ ہی ہے۔ ایسے تصورات کی مدد سے آپ اپنے اندر بیٹھے ہوئے ناکامی کے خوف کو بھی ختم کر دیتے ہیں اور ایسی چیز کو ذہنی طاقت کی مدد سے اپنی طرف کشش بھی کرتے ہیں۔

ہر چیز کے حصول کیلئے اسباب کرنا اور محنت ہی ایک صحیح طریقہ ہے مگر محنت و اسباب کے ساتھ، تصورات (Visualization) کی طاقت کا استعمال اسے آسان بنا اور کئی گنا بڑھا دیتا ہے۔ کہ آپ اس طرح نہ صرف لاشعور کی جھجک اور ڈر کو دور کرتے ہیں بلکہ ذہن کی طاقت سے مطلوبہ چیز کو اپنی طرف کشش کرتے ہیں۔ اور بار بار ایسا تصور کرنا آپ کے لاشعور کو یقین بھی دلا دیتا ہے کہ آپ وہ شے حاصل کر سکتے ہیں۔

ریسرچ میں یہ بھی معلوم ہوا ہے کہ شعوری یا لاشعوری طور پر ہر کامیاب شخص Visualize کرتا ہے۔

آپ نے جس چیز کو بھی حاصل کرنا ہے اس کی سب تفصیل یاد کر لیں اور لکھ لیں۔ اگر

## تصوراتی طاقت (Visualization)

### کا صحیح استعمال

مشرق و مغرب کی روحانیت میں اپنے مقصد کے حصول کیلئے لاشعور کی طاقت کو استعمال کیا جاتا ہے اس میں اپنے لاشعور کو اپنے مقصد کے لیے ”ابھی سے“ حاصل ہو جانے کا تصور دکھایا جاتا ہے۔ لاشعور جب اس تصور کو بار بار دیکھتا ہے تو اسے مان لیتا ہے۔ اور انسان کو ان حالات اور ماحول میں لے جاتا ہے جہاں یہ چیزیں پائی جاتی ہیں بلکہ روحانی طاقت رکھنے والوں کا لاشعور تو ایسی چیزوں کو تخلیق کر لینے یا کہیں دور سے لادینے کی طاقت بھی رکھتا ہے۔

در اصل انسان میں اللہ تعالیٰ کے نور کا ایک ذرہ موجود ہے، انسان اللہ کا نائب یا خلیفہ ہی ہے۔ ایسے تصورات کی مدد سے آپ اپنے اندر بیٹھے ہوئے ناکامی کے خوف کو بھی ختم کر دیتے ہیں اور ایسی چیز کو ذہنی طاقت کی مدد سے اپنی طرف کشش بھی کرتے ہیں۔

ہر چیز کے حصول کیلئے اسباب کرنا اور محنت ہی ایک صحیح طریقہ ہے مگر محنت و اسباب کے ساتھ، تصورات (Visualization) کی طاقت کا استعمال اسے آسان بنا اور کئی گنا بڑھا دیتا ہے۔ کہ آپ اس طرح نہ صرف لاشعور کی جھجک اور ڈر کو دور کرتے ہیں بلکہ ذہن کی طاقت سے مطلوبہ چیز کو اپنی طرف کشش کرتے ہیں۔ اور بار بار ایسا تصور کرنا آپ کے لاشعور کو یقین بھی دلا دیتا ہے کہ آپ وہ شے حاصل کر سکتے ہیں۔

ریسرچ میں یہ بھی معلوم ہوا ہے کہ شعوری یا لاشعوری طور پر ہر کامیاب شخص Visualize کرتا ہے۔

آپ نے جس چیز کو بھی حاصل کرنا ہے اس کی سب تفصیل یاد کر لیں اور لکھ لیں۔ اگر



آپ کا مقصد کسی گھر کا حصول ہے تو آپ اس گھر کی شکل، اس کا رنگ، دروازوں کا رنگ اور شکل (ہینڈل وغیرہ) پھر ڈرائنگ روم کی شکل ذہن میں بٹھالیں (لکھ لیں تو اور بہتر ہے)۔ گو خالی یاد کرنا بھی کافی ہوتا ہے۔

اب کسی آرام دہ کرسی یا زمین پر آنکھیں بند کر کے ریلیکس ہو کر بیٹھ جائیں۔ پھر تصور میں خود کو اس گھر میں داخل ہوتے دیکھیں کہ آپ نے دروازے کا مین ہینڈل گھما کر اسے کھولا ہے۔ آپ نے اندر داخل ہو کر صوفے پر بیٹھ جانا ہے۔ صوفے کی شکل اور رنگ بھی لکھا ہونا چاہیے۔ سامنے پڑا ٹیبل اور ٹی وی وغیرہ دیکھیں۔ یہ مشق اس وقت کریں جب آپ تروتازہ اور توانائی سے بھرپور ہوں۔

تصورات کی اس مشق میں اہم ترین بات یہ ہے کہ آپ نے خود کو اس گھر میں بیٹھے دیکھنا ہے۔ اسے چھونا (Feel کرنا ہے)۔ اسے سونگھنا (Smell کرنا ہے)۔

محسوس کرنے اور سونگھنے کے بعد ہی ان چیزوں کی تخلیق کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ اس میں ضروری ترین بات یہ ہے کہ چھوٹی چیزیں چند ہی ہفتوں میں اور بڑی سال ڈیڑھ میں حاصل ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔ اس میں بھی اگر آپ یہ تصور کرتے ہیں کہ وہ چیزیں ماضی قریب میں ہو چکی ہیں تو تخلیق کا عمل اور تیز ہو جاتا ہے۔ یہ بہت ضروری ہے کہ آپ کو اس تھیوری کے صحیح ہونے اور اسکی کامیابی کا یقین ہونا چاہیے۔ یہ تصور آپ نے چند ماہ تک ہفتے میں تین چار بار کرنا ہے۔ اگر آپ گاڑی کے حاصل ہونے کا تصور کرتے ہیں تو خود کو اس گاڑی میں بیٹھے دیکھنا ہے۔ اس کی سیٹوں کے کور اور ان کا رنگ وغیرہ، اس کی سیٹوں کو سونگھنا، گاڑی کے اسٹریجک کو ہاتھ میں محسوس کرنا وغیرہ۔

یہ تصور آپ چند سیکنڈ کے اندر ذہن کے اندر گھما سکتے ہیں۔ مگر یہ مشق آپ کو دس پندرہ منٹ تک کرنی ہے اور ہفتے میں کوئی دو بار کریں۔

اگر آپ اپنی آمدنی بڑھانا چاہتے ہیں تو خود کو وہ مطلوبہ آمدنی ابھی سے حاصل کرتے

دیکھیں۔ پیسوں کو ہاتھ میں محسوس کریں۔ بینک میں جمع دیکھیں کچھ عرصے میں ہی آپ مطلوبہ آمدنی کی طرف چل پڑیں گے۔

یہ تصور ہر قسم کی چیز، علم یا روحانیت وغیرہ کے حصول میں بھی اسی طرح مددگار ہوتا ہے۔ صرف اسے قدم بقدم کریں۔

اس دنیا میں انرجی کا اصول ہر طرف چل رہا ہے، اور اپنی ذہنی طاقت کے لیول کے حساب سے آپ ان سب چیزوں کو حاصل کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ صرف بڑی چیزوں کے حصول کیلئے بڑی انرجی چاہیے کیونکہ ان چیزوں کے حصول کیلئے دوسرے لوگ بھی کاوش میں ہیں اور مقابلہ چل رہا ہے۔ اس میں آپ روحانی مشقوں کے تقاضے، توجہ وغیرہ (خصوصاً قرآن پاک پڑھنا، نوافل ورد وغیرہ) کی مدد سے اپنی روحانی توانائی کو با آسانی بڑھا سکتے ہیں۔ بس ساتھ ہے مثبت سوچ اور ہمت ہونی چاہیے۔ اس میں میرے ایک دوست مرزا صابر صاحب (مقیم اینٹورپن، نیلجیم) کی مثال لوگوں کیلئے دلچسپی کا سبب ہوگی۔

صابر صاحب کو میری پہلی کتاب ”روحانیت، دانش اور حقیقتیں“ 2004ء میں ملی انہوں نے اسے بغور پڑھا۔ وہ اس سے بہت متاثر ہوئے اور انہوں نے تصورات کی مشق بھی شروع کر دی۔ اس وقت ان کا ٹیلیفون لائننگ اور سروس دکانوں کو دیئے کا کاروبار تھا۔

اس وقت ان کے کوئی 16 عدد ایسے کام تھے جو کچھ عرصے سے پھنسے ہوئے تھے۔ انہوں نے ایک رات بیٹھ کر یہ تصور کیا کہ یہ مسائل حل ہو رہے ہیں۔ وہ یہ تصور کرتے وقت بڑے پر یقین اور جوش میں تھے۔

انہوں نے یہ تصور جاری رکھا، اگلے تین دن کے اندر ان کے 13 کام ہو چکے تھے۔ دو ہفتے کے بعد ان کے 16 میں سے 15 عدد کام کامیابی سے ہو چکے تھے اور سولہواں بھی ان کی طرف چل پڑا تھا۔

ہر دوکاندار اگر رات سوتے وقت یہ تصور کرے کہ کل اس کی دکان گاہکوں سے بھری ہو



گی، پھر دوسرے دن اس کی دکان میں پہلے سے خاصے زیادہ گاہک آئیں گے۔  
یہ ”نسخہ“ میں نے کئی کاروباری لوگوں کو دیا اور انہوں نے اس سے تقریباً ہر دفعہ خاصا فائدہ ہوا۔ لیکن جب اس میں کامیابی ہونے لگ پڑے تو دوسروں کو اپنے اس عمل کا مت بتائیں ورنہ یہ رک سکتا ہے یہ ہفتے میں ایک آدھ بار ہی کیا کریں۔

تقریباً ہر کامیاب انسان ایسا تصور کرتا ہے، کچھ شعوری طور پر، کچھ لاشعوری طور پر مگر سبھی کامیاب انسان ایسا کرتے ہیں۔

روح کی اس صلاحیت سے صحیح فائدہ وہی شخص اٹھاتا ہے جو روزانہ ایک گھنٹہ گہرا غور و فکر کرنے کا عادی ہو ایسا غور و فکر کرنے والا دراصل لاشعوری طور پر ان چیزوں کو ذہن میں بٹھا اور تخلیق کر رہا ہوتا ہے۔ وہ ان کا تصور بھی کر رہا ہوتا ہے اور ذہن کی طاقت انہیں تخلیق کر دیتی ہے۔

لاشعور میں جو چیز بھی داخل ہو جاتی ہے وہ اس پر خود بخود ہی عمل شروع کر دیتا ہے مگر اسے ایسا کوئی حکم نہ دیں جسے آپ اندر سے نہ مانتے ہوں، اندر سے نہ تسلیم کرتے ہوں مثلاً آپ امیر بننا چاہتے ہیں تو جب تک آپ خود کو امیر بننے کے قابل نہیں مانتیں گے خود کو امیر بننے کے قابل نہیں تسلیم کریں گے آپ اپنے لاشعور کو دن میں چاہے سو بار یہ پیغام دیں ”میں امیر ہوں، میں امیر ہوں“ یہ پیغام آپ کو کوئی فائدہ نہیں دے گا۔ اس لئے ضروری ہے کہ پہلے آپ خود کو امیر بننے کے قابل مانتیں اس کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ ایک دن بیٹھ کر اس پر خوب گہرا غور و خاص کریں۔

اپنے موجودہ حالات (منفی و مثبت) کا غور پر لکھ لیں کہ اس وقت آپ کس معاشی و مالی حالات میں موجود ہیں ایک طرف منفی پہلو لکھیں دوسری طرف مثبت پہلو لکھیں پھر ان پر خوب غور و فکر کریں پھر آپ کو اندر سے یہ آواز آجائے گی اور آپ کو یہ محسوس بھی ہو جائے گا کہ آپ امیر بن سکتے ہیں۔ پھر صرف یہ کہنا بھی ”میں امیر ہوں، میں امیر ہوں“ آپ کو فائدہ دے گا۔

لاشعور حال ہی کی زبان مانتا ہے اسے ابھی سے وہ چیز پاس ہونے کا یقین دلانا ہوتا ہے پھر وہ اسے کہیں نہ کہیں سے ڈھونڈ لیتا ہے۔

اگر آپ کو اندر سے یہ آواز، یہ یقین نہیں آرہا کہ آپ امیر بن سکتے ہیں تو بہتر ہے کہ آپ خود سے روزانہ یہ کہنا شروع کر دیں ”میں اپنی زندگی کے تمام متعلقہ پہلوؤں کے لحاظ سے ہر روز ہر طرح سے خوشحال ہو رہا ہوں۔“

ایسا کہنا آپ کے اندر بیٹھی ہوئی غیر یقینی اور شک سے نہیں الجھے گا اور اپنا راستہ بنا لے گا پھر آپ کا لاشعور آپ کو خود بخود کامیابی کی طرف لے جائے گا ایسا آپ نے ہر رات سونے سے پہلے کوئی پانچ منٹ تک دہرانا ہے۔ پھر جب آپ مالی کامیابی کی طرف چل پڑیں گے اس کے بعد آپ کا محض دولت، دولت کہنا بھی ہر رات چند منٹ کافی ہوگا۔

اہم چیز یہ بات سمجھنا ہے کہ جس خیال یا تصور کو آپ واقعی صحیح یا سچا سمجھتے ہیں آپ کا لاشعور ذہن صرف انہی خیالات کو تسلیم کرتا ہے اور انہی کو وصول کرتا ہے۔ پھر اس پر کام کرنا اور سب کچھ مہیا کرنا اس کے جیسے بائیں ہاتھ کا کام ہوتا ہے۔

کچھ لوگ ان مشقوں کو خاصے عرصے کرنے کے بعد بھی اس میں ناکام رہتے ہیں، اس کی وجہ یہ ہے کہ وہ شروع کی غلط مشقوں کی وجہ سے ناکام ہو کر پھر جھنجھلاہٹ کا شکار ہو جاتے ہیں کہ یہ چیز کیوں نہیں ہوتی؟ کیوں نہیں ہوتی؟

آپ نے اس جھنجھلاہٹ کا شکار ہونے سے بچنا ہے پھر آپ کا کام بڑی آسانی سے ہو جائے گا۔ ایک ضروری نقطہ یہ بھی یاد رکھیں کہ ذہنی کشش کی مدد سے ہر وقت کسی مخصوص چیز کے حصول کیلئے زور نہ لگاتے رہا کریں بلکہ اس میں وقفہ دیں ذہن کہ ریٹ بھی دیں ہر وقت لگاتار زور لگانا آپ کی کشش کی طاقت کو توڑتا ہے یہ نقطہ خصوصاً آپ میں روزمرہ کی چھوٹی موٹی وقتی خواہشوں کے حصول کے وقت بھی ذہن میں رکھتا ہے۔



## یقین (Faith) کا استعمال

آج میں نے تمہارے لئے تمہارا دین کامل کر دیا اور اپنی نعمت تم پر پوری کر دی اور تمہارے لئے اسلام کو دین پسند کیا“ (سورۃ المائدہ ۳)

رسول پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے پہلے جتنے بھی رسول آئے وہ سب کسی ایک مخصوص قوم کیلئے تھے جیسے حضرت موسیٰ علیہ السلام یہودیوں کے مصریوں سے تجارت دلوانے کیلئے، حضرت داؤد علیہ السلام بھی یہودیوں کیلئے تھے، حضرت عیسیٰ علیہ السلام نے بھی کوئی نئی شریعت نہیں دی بلکہ کہا کہ میں بنی اسرائیل کی کھوئی ہوئی بھیڑوں کیلئے آیا ہوں۔

اسلام پوری دنیا کیلئے ہے۔ یقین مرد مسلمان کی سب سے بڑی طاقت ہے۔ پختہ یقین کو ہی فیتھ (حق یقین یا یقین کامل) کہتے ہیں۔ قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے کہ تم میں بڑا وہ ہے جس کا اللہ پر زیادہ تقویٰ (بھروسہ اور فیتھ) ہے حضرت عیسیٰ کا بائبل میں فرمان ہے Faith can move the mountain کہ یقین پہاڑوں کو بھی ہٹا سکتا ہے۔

Mathew 17(17-18-19-20)

ہم یقین کامل (فیتھ) کو اپنی لاعلمی کی وجہ سے استعمال نہیں کر رہے یہ کم علمی اور دین و شعور کی کمی ہے جس نے ہمیں شیر کی بجائے بھیڑ، حالات تخلیق کرنے والے کی بجائے حالات کا غلام اور زندگی کو جنت کی بجائے سزا بنایا ہوا ہے یہ شعور دینا ہی اس کتاب کا ایک بڑا مقصد ہے۔

شروع میں مثبت سوچ سے مشق شروع کی جاتی ہے، یعنی جو چیز بھی آپ کر رہے ہیں وہ آسانی اور کامیابی سے ہوگی۔ پھر یہ خود اعتمادی اور خود اعتمادی سے یقین میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ یقین جب پختہ ہو جاتا ہے تو یقین کامل (Faith) میں تبدیل ہونے لگ پڑتا ہے۔

شروع میں مثبت سوچنا اور اپنے ہر ہونے والے کام کے بارے میں کامیابی کا یقین رکھنے کی مشق کرنی ہوتی ہے۔ اور جب انسان ان میں کامیابی حاصل کر لیتا ہے تو یہ انسان کے

اعتماد کہ پختہ کرتا ہے۔ یہ کامیابیاں ایسی عملی و عقلی دلیلیں ہوتی ہیں جو ہمارے یقین کو پختہ کرتی ہیں یہ مثبت دلیلیں آپ نے خود کو دینی ہیں کہ آپ اپنے کام پوری طرح صحیح طریقے سے کرنے کے قابل ہیں۔ شروع شروع میں منفی دلیلیں آپ کے یقین کو کمزور کرتی ہیں منفی دلیلیں یہ ہوتی ہیں کہ ہم میں فلاں فلاں وجہ سے اس کام (یا یقین کرنے کے قابل نہیں ہوں اور مثلاً مثبت دلیلیں یہ ہیں کہ ہم میں اللہ کا عطا کیا ہوا وہ نور موجود ہے جس کی مدد سے ہم ہر کام بخوبی کر سکتے ہیں یا ہم اللہ کی مدد سے ہر کام بخوبی انجام دے سکتے ہیں) پھر انسان اس میں مزید کامیابیاں حاصل کر کے اس مثبت اور کامیاب ہونے کی سوچ کو دل میں پکا بٹھا لیتا ہے تو یہ یقین کامل (Faith) میں داخلے کی علامت ہے۔ مزید ترقی کے بعد یہ یقین دلیل اور لاجک کی قید سے آزاد ہوتا ہے۔ یہی ترقی یافتہ یقین، یقین کامل یا فیتھ کہلاتا ہے جو کہ ہر طرح کے بڑے کاموں اور کرامات کیلئے ضروری ہوتا ہے۔

یہاں پر یہ سوال ذہن میں آتا ہے کہ یقین کی اہم ترین چیزیں کیا ہیں؟ اور انہیں کیسے شروع کیا جائے؟

اس کا جواب یہ ہے کہ خدا پر یقین (Faith و ایمان) پھر خود پر یقین، اس کے بعد اپنے سیدھے راستے (شریعت و سچائی کے راستے) پر اور اپنے روحانی معاملات میں محنت پر یقین ہونا چاہیے۔ پھر روح کی صلاحیت پر یقین ہو جو ہر آدمی میں موجود ہے اور اس صلاحیت کا کام نہ صرف آپ کو صحت مندر رکھنا اور آپ کی جان کی حفاظت ہے جو کہ یہ شعوری یا لاشعوری طور پر جاری رکھتی ہے یہ نہ صرف آپ کو خطرے اور نقصان والی جگہ سے لاشعوری طور پر بچا لیتی ہے بلکہ چھٹی حس اور سچے خوابوں کی صورت میں بھی انسان کی مدد کرتی رہتی ہے۔ اس کے ساتھ اللہ کا یہ نور آپ کو آپ کی ضرورت کی ہر شے مہیا کرنے کی مکمل صلاحیت رکھتا ہے۔ ”صرف آپ کو اپنے ذہن و روح میں موجود اس صلاحیت پر یقین ہو“، یہی صلاحیت ہر مشکل کا حل بوقت ضرورت لادیتی ہے۔ اور ہر قسم کی علمی معلومات کو بھی انسان تک لے آتی ہے۔



قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے، ”اللہ کے دوستوں کو نہ رنج ہو گا نہ خوف“ یہ ضرورت کی ہر چیز وقت پر مہیا کرنے اور ہر مشکل کا حل وقت پر مل جانے کی صلاحیت پر یقین جب انسان کے ان معاملات میں کامیابیوں (Achievements) کے بعد پختہ ہونے لگ پڑتا ہے تو یہ انسان اپنی روحانی صلاحیتوں کو بڑے پیمانے پر استعمال کرنے کیلئے تیار ہو چکا ہوتا ہے۔

یقین عمل کی طرف رجوع کرتا ہے اور عمل یقین کی طرف۔ کامیاب تجربات کی صورت میں پختہ ہو کر انسان کے اندر اس کی رگ، رگ میں گھسنے لگ پڑتا ہے، کامیاب تجربات کے بعد اندر بیٹھا یہ یقین ہی یقین کامل (Faith) ہوتا ہے۔ یہ اللہ پر یقین، خود پر یقین، اپنے سیدھے راستے پر، سالک کا اپنے نوافل، ورد و اذکار کی طاقت پر اور روح کی اوپر بیان کردہ زبردست صلاحیتوں پر پختہ یقین ہوتا ہے۔

اس میں مزید بڑے لیول کی کامیابیوں کیلئے انسان کو روحانی مشقوں کی مدد سے اپنی ذہنی و روحانی صلاحیتوں کو بڑھانا ضروری ہوتا ہے کہ یہ مقابلے کی دنیا ہے اور اس مقابلے میں جیتنے کیلئے آپ کو زیادہ فٹ اور زیادہ طاقتور ہونا چاہیے۔

روحانی انرجی زیادہ ہونے کی صورت میں آپ کو بہت زیادہ جسمانی و ذہنی توانائی اور بہت اونچی قسم کی ذہانت بھی دیتی ہے۔

روح کی ہر چیز مہیا کرنے کی صلاحیت کا پتہ آپ کچھ لوگوں سے ایک معمولی قسم کا سوال پوچھ کر لگا سکتے ہیں۔

آپ پاکستان یا کہیں بھی کسی غریب ترین علاقے میں چلے جائیں۔ وہاں کوئی بھی 10 یا 11 آدمی اکٹھے کر لیں۔ ان سے پوچھیں کہ آپ میرے کس کس کو بوقت ضرورت پیسہ مل جایا کرتا ہے؟

تو ان میں سے دو تین آدمی اپنا ہاتھ کھڑا کر دیں گے کہ انہیں ضرورت کے وقت پیسہ ہمیشہ کہیں نہ کہیں سے کسی نہ کسی ذریعہ سے مل جایا کرتا ہے۔ (چاہے اس کی وجہ ان کا اپنا یقین و

عبادت ہو، چاہے ان کے کسی ”زندہ“ بزرگ کی دعا)

عام لوگوں کی توجہ چونکہ پیسے کی طرف رہتی ہے اس لیے انہیں ہمیشہ بوقت ضرورت اس کے ملنے کا یاد رہتا ہے (انہیں بس آپ کو یقین ہونا چاہیے کہ ضرورت کے وقت خدا کہیں نہ کہیں سے آپ کو پیسے دلا دیتا ہے) دراصل اسی طرح ان لوگوں کو ضرورت کی ہر ایک چیز بھی میسر آیا کرتی ہے مگر ان کی اس طرف توجہ نہیں ہوا کرتی کہ پیسہ ہی زیادہ ضروری تصور کیا جاتا ہے اور درحقیقت پیسے کی مدد سے ہی اس دنیا میں بہت سے مسائل حل کیے جاتے ہیں۔

اس صلاحیت کے استعمال کرنے میں دو ہی رکاوٹیں ہوتی ہیں۔ پہلی یہ کہ ہم اپنی عقل (دلیل Logic) کو لڑا کر اپنے یقین کو کمزور کر دیتے ہیں کہ ان موجودہ حالات میں (اکثر مشکل حالات میں) یہ کس طرح ممکن ہے کہ بظاہر موجودہ حالات میں ایسا کوئی امکان ہی نظر نہیں آتا۔ کون ہماری مدد کرے گا؟ وغیرہ وغیرہ (حالانکہ حالات چند ہی دنوں یا ہفتوں میں مکمل طور پر تبدیل ہو سکتے ہیں اللہ کسی وقت بھی انہیں تبدیل کر سکتا ہے)۔

اس کے بعد اس میں دوسری اور بڑی رکاوٹ یہ ہوتی ہے کہ ہم میں سے اکثریت اپنا زیادہ وقت منفی سوچوں اور زندگی کی پریشانیوں کو سوچنے میں لگاتے ہیں۔ یہ جیسے ہماری عادت بن چکی ہے اور ہمارا الاشعور یہی کچھ تخلیق کرتا ہے۔ پھر ہمیں ایسے ہی دوست اور ایڈوائزر ملتے ہیں جیسے ہم خود ہیں۔

زیادہ تر وقت خوشیوں اور آسان زندگی کا سوچنے والوں کو دوسرے خوش رہنے والے لوگ اور اسی قسم کے ایڈوائزر ملتے ہیں اور وہ اسی کامیابی و خوشی کے بارے میں گہرے چلے جاتے ہیں اور پھر وہ اپنی زندگی کا بقایا وقت وہاں ہی گزارتے ہیں۔

جن کو منفی اور پریشانیوں کے بارے میں سوچنے کی عادت ہوتی ہے وہ ہر وقت ضرورت کی چیز مہیا کر دینے کی اس صلاحیت کو استعمال ہی نہیں کر سکتے کیونکہ یہ صلاحیت ان کی پرانی منفی سوچنے کی عادات کو با آسانی ختم کر سکتی ہے۔ لیکن چونکہ ہماری منفی عادات ہمارے



لاشعور میں گہری اور بہت عرصے سے چھپی ہوتی ہیں۔ اور انہیں نکالنا بھی کچھ وقت لیتا ہے۔ آہستہ آہستہ مثبت سوچ کی طاقت دے کر آپ اپنی اس پرانی منفی سوچنے کی عادت کو ختم کر سکتے ہیں۔

تبدیلی دراصل آپ کے اندر سے آتی ہے، باہر سے نہیں۔ حالات جیسے بھی ہوں آپ اپنی قوت ارادی کو استعمال کر کے یہ سوچا کریں کہ آپ کہ ہمیشہ ضرورت کے وقت پیسے مل جایا کرتے ہیں تو کچھ عرصے میں ہی آپ کہ یہ مل جایا کرتے ہیں پھر ضرورت کی ہر چیز آپ کو بوقت ضرورت مل جایا کرتی ہے۔ آگے کتاب کے باب روحانیت کا اہم ترین حصہ میں اس کی مکمل اور آسان ترکیب بتائی گئی ہے۔

اکثر لوگوں کہ ان کے سامنے موجود مشکل حالات اور محدود وسائل اس پر مجبور کرتے ہیں کہ وہ منفی سوچا کریں۔ مگر مثبت سوچنے کی عادت ڈال کر وہ با آسانی خوش قسمت بن سکتے ہیں۔ یہ عادت درست کرنا بڑا ضروری ہے ورنہ ہماری روح کی وہ طاقت جو ضرورت کی ہر چیز ہمارے پاس لے آیا کرتی ہے وہ صلاحیت کام نہیں آیا کرتی کہ یہ صلاحیت تو زندگی کو بہت آسان بنا دیتی ہے اور منفی سوچنے کی عادت والے کو یہ یقین ہی نہیں ہوتا کہ اس کی زندگی بھی آسان ہو سکتی ہے۔ اس لیے انہیں پہلے اپنی اس بنیادی سوچ کو ہی تبدیل کرنا ہے اور مثبت سوچنا شروع کرنا ہوتا ہے۔

منفی سوچ سے مثبت سوچ کی طرف سفر کچھ وقت ضرور لیتا ہے کوئی چھ ماہ سے ایک سال کا وقت لیکن اگر آپ اس کا فیصلہ کر لیں تو آپ اس کی طرف چل پڑیں گے۔

روح کی اس صلاحیت کو قرآن پاک نے ”توکل الی اللہ“ کے نام سے کہا گیا۔

انسان کی روحانی صلاحیتوں میں اضافے کے تین طریقے ہیں ان میں سے ایک کنسنٹریشن کی مشقیں کرنا (مراقبہ، نکتہ و شمع بنی کرنا، ذہن خالی رکھنا وغیرہ) دوسرا دروازہ کار و قرآنی آیتیں پڑھنا (تہجد اور نوافل بھی اسی میں آتے ہیں) ہنود و رد کو منتر کہتے ہیں اور پھر تیسرا طریقہ پیر یا گرو سے روحانی انرجی لینا (ان تینوں کی تفصیل میں اپنی کتاب ”روحانیت، دانش اور حقیقتیں“

میں دے چکا ہوں)۔

ان طریقوں میں عبادت و دروازہ کار پڑھنا سب سے یقینی اور آسان طریقہ ہے صرف انسان میں مثبت سوچ اور مضبوط یقین ہونا چاہیے پھر وہ با آسانی کرامات کے لیول تک جاسکتا ہے۔ آپ کو چاہیے کہ قرآن پاک کو پڑھتے وقت آپ کا یہ تصور ہونا چاہیے کہ خدا نے اتنی بڑی کائنات میں انسان کی رہنمائی کیلئے اپنی یہ آخری اور مکمل کتاب نازل کی ہے۔ اسی سلسلے میں خلیفہ ہارون الرشید عہد کا ایک سچا واقعہ ہے۔

یحییٰ برمکی اس کا وزیر تھا وہ ایک دن سفر پر جا رہا تھا کہ اسے ایک بدو ملا، بدو نے اس سے پوچھا کہ کہاں جا رہے ہو۔

یحییٰ برمکی کہنے لگا میں وہاں جا رہا ہوں جہاں رسول پاک ﷺ کی باتیں ہوتی ہیں۔

وہ بدو کہا کہنے لگا رسول پاک ﷺ کی باتیں کچھ مجھے بھی سناؤ۔

یحییٰ برمکی نے ایک آیت پڑھ کر سنائی جس کا ترجمہ یہ تھا کہ جو اللہ سے ڈرے اللہ اس کیلئے کافی ہے اور اس کو ایسے سبب سے روزی دے جو اس کو گمان میں بھی نہ ہو۔

جب بدو نے یہ آیت سنی تو اس نے اپنا اونٹ ذبح کر کے لوگوں میں تقسیم کر دیا اور صحرا کی طرف یہ کہتا ہوا چل پڑا کہ جب اللہ نے ہماری ذمہ داری لی ہے تو ہمیں فکر کرنے کی کیا ضرورت ہے۔

یحییٰ برمکی جیسا ذہین انسان پریشان ہو گیا کہ یہ تو صحرا میں اب بھوکا پیاسا مر جائے گا۔ پھر اس واقعے کے چھ برس بعد یحییٰ برمکی خانہ کعبہ کا طواف کر رہا تھا کہ کسی نے اس کے کندھے پر ہاتھ رکھا۔ یحییٰ برمکی نے مڑ کر دیکھا تو وہی عربی تھا۔

وہ عربی اس سے پوچھنے لگا، مجھے پہچانا۔

یحییٰ برمکی نے جب اسے بتایا کہ اس نے اسے پہچان لیا ہے تو وہ بدو اسے کہنے

لگا۔ ”مجھے خدا کی کچھ اور باتیں سناؤ۔“



یجی برکی نے ایک آیت پڑی جس کا مفہوم یہ تھا کہ تمہیں خدا کے وعدے پر شک ہے۔ بدو نے جب یہ سنا تو پریشان ہو کر کہنے لگا کہ ”ایسے لوگ بھی موجود ہیں جن کو اللہ کے وعدے پر شک ہے“ اور وہ اسی وقت زمین پر لینا اور اس کی جان نکل گئی۔

اس وقت لوگوں کے یقین ان باتوں پر پختہ ہوا کرتے تھے۔ ہمیں بھی قرآن پاک پر اسی قسم کے یقین کی ضرورت ہے۔ قرآن پاک میں ہے اور جب (کسی کام کا) عزم مصمم کر لو تو خدا پر بھروسہ رکھو بے شک خدا بھروسہ رکھنے والوں کو دوست رکھتا ہے (آل عمران ۱۷۲)۔ قرآن پاک میں حضرت ابراہیم کا واقعہ بھی پختہ یقین کیلئے ایک بڑی اچھی مثال ہے۔

اپنی دونوں کتابوں میں اس پر تفصیل سے بات کر چکا ہوں کہ ورد کس طرح آپ کے لاشعور میں تبدیلی لاتے ہیں۔ ورد واذکار کرنے سے انسان کے سر کے پچھلے حصے میں (حرام مغز میں) ان آیات کی توانائی خود بخود داخل ہونے لگ پڑتی ہے پھر یہ پورے جسم میں پھیلنے لگ پڑتی ہے۔

آپ ورد واذکار کرتے وقت یا مراقبہ کی حالت میں تصور کی مدد سے اللہ کے اس نور کو اپنے سر یا سینے کے راستے اپنے جسم میں لاسکتے ہیں۔ یہ نور ایٹھ (امرا الہی) کے اندر بھی موجود ہوتا ہے۔ جب آپ اس کا تصور کرتے ہیں تو یہ تخلیق ہو جاتا ہے۔ ورد کرتے وقت اس نور کو اپنے جسم میں تصور کرنے کی بجائے ورد کے خاتمے پر مراقبہ کی حالت میں یہ تصور کرنا زیادہ بہتر رہتا ہے۔

اس کی مشق کرنے والے اسے کچھ مشق کے بعد بلکہ بہت سے پہلے دن ہی اسے محسوس کرنے لگ پڑتے ہیں اکثر لوگ اسے اپنی کمر میں چلتا محسوس کرتے ہیں۔ یہی انرجی (نور) انسانی جسم میں ایک نیا نوری انسان بھی تخلیق کرنے لگ پڑتی ہے جس کی مختلف صورتیں میں اپنی دوسری کتاب ”روحانیت اور شعور زندگی“ میں لکھ چکا ہوں۔ (آگے کتاب کے آخری باب میں بھی اس کا تذکرہ ہے)۔

مختصر یہ کہ انسان کو جسم سے باہر نکلنے کے تجربات ہونے لگ پڑتے ہیں پھر بعد میں ایسا

انسان ایک وقت میں دو یا زیادہ جگہ پر موجود بھی ہو سکتا ہے۔ مزید ترقی کے بعد اپنی جگہ سے غائب ہو کر دوسری جگہ پر جسمانی طور پر پہنچ سکتا ہے۔ ایسے ہی کچھ لوگ خود کو جسم سے نکال کر ساری دنیا میں پھیلا لیتے ہیں۔ پھر وہ جو چیز چاہیں دیکھ سکتے ہیں بلکہ ایک وقت میں مختلف چیزیں بھی دیکھ سکتے ہیں۔

بہر حال یہ روحانی مشاغل کرامات قسم کی کامیابیوں میں ضروری مشقیں ہیں۔ مگر عام انسان میں بھی (Faith) موجود ہوتا ہے۔ اسے آپ پختہ یقین بھی کہہ سکتے ہیں۔ مسلمانوں میں یہ خاصہ پیمانے پر پایا جاتا ہے۔ ان میں بلا دیکھے کا یقین (Faith on unseen) ہونے کی وجہ سے پایا جاتا ہے۔ ایسا یقین دلیل (Logic) کی قید سے آزاد ہوتا ہے۔ کہ عقل و دلیل کا زیادہ استعمال آپ کو روحانی معاملات میں بہت محدود بھی کر سکتا ہے۔ کچھ روحانی ترقی ہونے کے بعد (جسے آپ اس میں اپنی کامیابیوں کی مدد سے ماپ سکتے ہیں) آپ کو روحانی معاملات میں لازماً دلیل (Logic) کی گرفت ختم کرنی چاہیے۔ روحانی ترقی کے بعد ہر چیز کی عقلی دلیل ڈھونڈتے رہنا آپ کی روحانیت کو محدود کر دیتا ہے۔

اسی سلسلے میں قرآن پاک میں ہے ”اور جو اللہ سے ڈرتا ہے وہ اس کیلئے (دنیا و آخرت کے رنج و غم سے) نکلنے کی راہ پیدا فرما دیتا ہے۔ ۳۔ اور اسے ایسی جگہ سے رزق عطا فرماتا ہے جہاں سے اس کا گمان بھی نہیں ہوتا اور جو شخص اللہ پر توکل کرتا ہے تو وہ (اللہ) اسے کافی ہے۔ بیشک اللہ اپنا کام پورا کرنے والا ہے۔“ سورة الطلاق ۳، ۲

بہر حال اپنی روحانی کامیابیوں کا مشاہدہ کرنے کے بعد ہی انسان میں یقین کامل آتا ہے۔ ان کامیابیوں کے بغیر آپ پختہ نہیں ہو سکتے۔ یہ ایسے ہی ہے جیسے اگر آپ کو سائیکل چلانی نہ آتی ہو تو آپ کو چاہے دو سال تک بھی سائیکل چلانے کی فلم دکھائی جائے مگر آپ نے اس کا عملی تجربہ (خود سائیکل چلانا) نہ کیا ہو تو آپ کبھی بھی اسے نہیں چلا سکتے۔ ہر آدمی اپنے لاشعور میں چیز کا ایک پروگرام بٹھا لیتا ہے۔ جس چیز میں بھی آپ کو ناکامی کا سامنا کرنا پڑتا ہے اس میں آپ کا یہ



پروگرام (believe یقین کرنا) منفی و کمزور ہو جاتا ہے۔ پھر آپ اس چیز کو مزید ڈر کر کرتے ہیں اور ڈر کر اس چیز کو کرنے کی صورت میں ناکامی کا امکان خاصا زیادہ ہو جاتا ہے۔ اور اس کام کا انجام ناکامی ہی ہوتا ہے۔ مزید یہ کہ آپ جتنی بار بھی اس چیز، اس ناکامی کا سوچتے ہیں تو یہ کمزور سوچ آپ کے اس منفی پروگرام کو لاشعور میں اور گہرا کر دیتی ہے۔ اور چند بار ناکامیوں کے بعد آپ کا یہ منفی یقین بن جاتا ہے کہ میں اس معاملہ میں ہوں ہی کمزور یا بد قسمت۔

اسی طرح چند بار کامیاب تجربوں کے بعد آپ کا یقین مثبت ہو جاتا ہے کہ میں اس معاملے میں خوش قسمت یا کامیاب ہوں اور ہر بار اسے سوچنا آپ کے اس کامیاب پروگرام کو لاشعور میں مزید گہرا کر دیتا ہے۔ ہم نے اپنے لاشعور میں اس طرح کے سینکڑوں پروگرام بٹھائے ہوئے ہوتے ہیں۔ اور انہی پروگراموں (Believes) کو اپنی سوچ کی مدد سے مزید پختہ کرنے میں لگے رہتے ہیں۔ اس پروگرام سے متعلق ہر سوچ ہتھوڑی کی طرح اس کو آپ کے لاشعور میں گہرا بٹھا دیتی ہے پھر یہ آپ کی عادت بن جاتی ہے اور عادت چند دنوں میں ختم نہیں ہوا کرتی۔

یہاں اہم ترین بات یہ ہے کہ آپ اپنے سب منفی پروگراموں کو ختم کر سکتے ہیں اور ان کی جگہ مثبت اور اچھے پروگرام بٹھا سکتے ہیں کہ آپ کا ذہن بالکل کمپیوٹر کی طرح ہے۔ آپ نے اس میں ڈیٹا ہی غلط فیڈ کیا ہوتا ہے۔ اس غلط ڈیٹا کو نکالیں اور صحیح ڈیٹا فیڈ کریں۔

پھر آپ کی ایک بالکل نئی اور کامیاب زندگی شروع ہو جائے گی۔ یہ پروگرام ہم نے سینکڑوں کی تعداد میں اپنے لاشعور میں بٹھائے ہوتے ہیں اور ان پر لاشعور آٹومیٹک ہی عمل کر رہا ہوتا ہے۔ مثبت سوچ رکھنا اور دنیا میں ہر کام میں کامیابی حاصل کرنے کا خیال دل میں رکھنا بھی ایک دماغی پروگرام ہی ہے اور ہر کام کو کرتے وقت ناکامی دل میں رکھنا بھی ایک پروگرام ہی ہوتا ہے۔

آپ کو چاہیے کہ ہر ایک منفی پروگرام کو ڈھونڈیں پھر یہ مانیں کہ آپ اسے تبدیل اور مثبت کر سکتے ہیں۔ کیونکہ تبدیلی آپ نے اپنے اندر سے کرنی ہے۔

پھر اس پر بالکل شروع سے اور چھوٹے پیمانے پر مثبت سوچ کیساتھ عمل شروع کر دیں۔ بہتر ہے اس پروگرام کو لکھ لیں اسے کے منفی و مثبت دونوں پہلو لکھیں کہ اس کی وجہ سے آپ کو کیا کیا نقصانات ہو رہے ہیں اور اس میں تبدیلی کی صورت میں آپ کو کیا کیا فوائد حاصل ہو رہے ہیں۔ پھر یہ پروگرام تبدیل کرنا بڑا آسان ہو جاتا ہے۔

کچھ ہی عرصے میں ہر ایک منفی پروگرام مثبت میں تبدیل ہو جائے گا۔

جن لوگوں میں زیادہ روحانی انرجی ہوتی ہے ان پر تو اپنی منفی یا مثبت سوچ کا اثر بڑی جلدی پڑتا ہے۔ آپ نے اپنے اہم ترین پروگراموں سے شروع کرنا ہے جیسے آپ خود کو بد قسمت سمجھتے ہیں۔ یہاں پر آپ نے سوچنا ہے کہ آپ خوش قسمت ہیں۔

اس میں یورپ میں NLP والوں نے جو مناسب جملے بتائے ہیں وہ اس طرح ہیں کہ ”میں روز بروز خوش قسمت ہوتا چلا جا رہا ہوں“ یہ جملے روزانہ کئی بار دہرانا خصوصاً رات سوینے سے پہلے دہرانا بڑا مددگار ثابت ہوتا ہے۔ اس طرح بولنے کا انسان پر فوری اثر ہوتا ہے۔

اسی طرح اگر آپ سمجھتے ہیں کہ آپ کا ہر کام مشکل سے ہوتا ہے۔ یہاں پر آپ نے یہ سوچنا ہے کہ آپ کا ہر کام آسانی سے اور خود بخود ہوتا چلا جا رہا ہے۔

اسی طرح آپ کی سوچ یہ ہونی چاہیے کہ آپ کو صحت مندی، خوشی، امارت اور کامیاب زندگی مل رہی ہے۔ یہ دنیا ایک اچھی جگہ ہے ہر کوئی آپ کا دوست ہے آپ بہت ذہین اور پاپولر ہوتے جا رہے ہیں، حاضر دماغ ہوتے جا رہے ہیں، آپ کی یادداشت بہت اچھی ہوتی جا رہی ہے وغیرہ۔

اسی طرح بے شمار اور مثبت پروگرامز یا یقین ہیں جو آپ اپنے ذہن میں چند ہفتے مشق کے بعد بٹھا سکتے ہیں۔ مگر شروع میں اسے بالکل چھوٹے پیمانے سے ہی شروع کریں۔ اسے Believe System (مان لینا) کو تبدیل کرنا کہتے ہیں۔ یہ بیلو سسٹم ہر شخص تبدیل کر سکتا ہے اور اسے تبدیل کر کے اپنی زندگی بہتر بنا سکتا ہے۔



مگر Faith (یقین کامل) آپ کو بڑی کامیابیوں اور خصوصاً روحانی معاملات میں کامیابیوں کے لیے اشد ضروری ہوتا ہے۔ فیتھ (Faith) کے بغیر اس میدان میں آپ طفل مکتب ہی رہیں گے۔ فیتھ جو مغرب بھول چکا ہے یہ اس کی بہت بڑی ہار ہے۔

اصول یہ ہے کہ مضبوط اور پختہ یقین (فیتھ) آپ جس چیز پر بھی رکھیں گے وہ عجیب لازمی ہوگی، آپ جس بھی کام پر رکھیں گے وہ کام انشاء اللہ لازمی ہوگا۔ فیتھ ایک ایسی چیز ہے کہ اگر آپ پتھر پر بھی رکھیں گے تو وہ بھی آپ کو فائدہ دے گا اسی لاعلمی کی وجہ سے ہمارے بے شمار لوگ اللہ پر فیتھ (صحیح راستہ) کے بجائے قبر پرستی اور پیر پرستی سے لیکر اللہ کے درمیان بے شمار چیزوں پر فیتھ (اعتقاد) کر بیٹھے ہیں اور چونکہ اندھا یقین کچھ نہ کچھ فائدہ ضرور دیتا ہے اس لئے بت پرست تو بھٹکے ہوئے تھے ہی ہم میں سے بھی بہت سے لوگ بڑی حد تک انہی راستوں پر چل رہے ہیں۔

فیتھ انسان کی سب سے بڑی طاقت ہے اور ڈر اور شک و شبہ فیتھ کا سب سے بڑا دشمن ہے (ان سب چیزوں کی تفصیل آپ کو میری پہلی کتاب ”روحانیت دانش اور حقیقتیں“ میں مل جائے گی) ڈر و خوف ویسے بھی منفی سوچ میں ہی آتا ہے اس سے لازمی بچیں۔

یقین (Faith) کے استعمال کی بے شمار صورتیں ہیں۔ جو انسان کو یقیناً ہر معاملے میں بڑے پیمانے پر کامیاب کر سکتی ہیں۔ اپنے سیدھے راستے (نیکی، سچائی اور پیار کے راستے یعنی شریعت) پر پختہ یقین ہونا کسی ڈاکٹر یا معالج کے ہر مریض کو شفا یاب کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ یہ آپ کو علمی معلومات یا آسانی مہیا کرنے کے بعد آپ کو بے پناہ ذہانت بھی با آسانی دے سکتا ہے۔ اسی طرح اپنے سیدھے راستے کا یقین آپ کو زندگی کی ہر مشکل سے بچالے گا۔

آپ کی اولاد کو بگڑنے سے بچائے گا اور انہیں دنیا میں کامیابیوں سے ہمکنار کرے گا۔ رزقِ حلال ہونے کا یقین آپ کے مال کو چوری یا ضائع ہونے سے بچائے گا۔

آپ کے رزقِ حلال میں بے حساب برکت دے گا۔ (قرآن پاک میں ہے ”کہ اگر

ایک (روپیہ) بھی اللہ کی راہ میں دیا تو اللہ تعالیٰ اس سے 70 گنا، 700 گنا یا زیادہ واپس دے گا)

لیڈر کا یہ پختہ یقین (Faith ہونا) کہ وہ قوم کو ترقی کی راہ پر چلا سکتا ہے ہر ملک و قوم کو ترقی کی راہ پر بڑی تیزی سے گامزن کر سکتا ہے۔

یہی یقین آپ کو کسی بھی معاملے میں ملک بلکہ دنیا کے ٹاپ کے لوگوں میں شامل کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ مگر بڑی کامیابی کیلئے روحانی مشقیں کرنا یا کسی بڑی روحانی ہستی کا ساتھ ہونا بڑے پیمانے پر کامیابی کیلئے ضروری ہے۔ یہ مادی، ذہنی اور روحانی ہر معاملے میں ایسی صلاحیت رکھتا ہے۔

لا علاج مریض کو با آسانی صحت یاب کر سکتا ہے بشرطیکہ اس کو اپنی صحت یابی کا یقین ہو جائے۔ (عموماً ایسے لوگوں کو اپنی بیماری کے لا علاج ہونے کا الٹا یقین ہوتا ہے)

بلکہ ہر بیماری، ہر پریشانی انرجی یا دوسرے لفظوں میں یقین کی کمی کا نتیجہ ہی ہوتا ہے۔ گو اللہ کئی دفعہ آپ کو چھوٹی پریشانیوں میں مبتلا کر کے بڑی پریشانیوں سے بچا رہا ہوتا ہے۔ قرآن پاک میں ہے جو مصیبت تم پر آتی ہے وہ تمہارے اعمال کے بعد آتی ہے اور اللہ بہت سی چیزوں کو معاف کر دیتا ہے۔

اللہ تعالیٰ قرآن پاک میں فرماتا ہے ”اللہ کے دوستوں کو نہ خوف ہوگا اور نہ غم“ لمبی عمر میں پوری طرح مددگار ہوتا ہے (لمبی عمر کا یقین ان کو ایسی عادتیں، ایسی خوراک بھی اختیار کرواتا ہے جو اس کی لمبی عمر میں پوری طرح مددگار ہوتی ہیں)۔ ہر جسمانی خطرے سے بچاتا ہے۔

کبھی کوئی واقف کار اسے کچھ وقت کیلئے روک لیتا ہے کبھی اس کی گاڑی خراب ہو جاتی ہے۔ زیادہ روحانی طاقت رکھنے والا انسان حالت جنگ میں بھی لاشعوری طور پر خطرے کی جگہ سے دور رہتا ہے۔ بعض اوقات یہ فاصلہ چند انچ کا بھی ہو سکتا ہے۔ کہ چند انچ سائیڈ پر ہونے کی



وجہ سے آپ گولی یا بم سے بچ جائیں یا اچانک ہل یا جھک گئے۔ کم انرجی والے ایسے مواقع پر موت کا شکار ہو جاتے ہیں۔

آپ کی طرف کسی کامیاب شخصیت کو مائل یا گرویدہ کروا سکتا ہے۔ آپ کو خوبصورت بنا سکتا ہے، وزن گھٹا سکتا ہے آپ اس کی مدد سے بیمار رشتہ دار کو صحت مند کر سکتے ہیں۔

آپ کسی بھی قریبی کو کامیاب یا مالدار بنا سکتے ہیں۔ اپنے بچوں کو عقلمند بنا سکتے ہیں۔

اپنے خاندان کو ترقی کروا سکتے ہیں۔ کسی بھی قریبی شخص (یا پیارے) کے کردار تک کو تبدیل کر سکتے ہیں۔ اپنی شریک حیات کے ساتھ بگڑے تعلقات کو صحیح بنا سکتے ہیں، اپنے ساتھی کو بد سے نیک بنا سکتے ہیں۔

دور کسی کی مدد کر سکتے ہیں۔ زیادہ روحانی ترقی کے بعد موسم کو تبدیل کر سکتے ہیں۔

اپنے لوگوں بلکہ قوم تک کو ترقی کی راہ پر ڈال سکتے ہیں۔ ایسے لوگ چاہیں تو اپنی عمر کو بہت زیادہ لمبا بھی کر سکتے ہیں۔ (گو وہ اکثر اس کے خواہشمند نہیں ہوتے)۔ روحانی صلاحیتوں کو بڑے پیمانے پر کامیابی سے استعمال کرنے کیلئے بھی

اس کے پیچھے فیتھ کی طاقت ہوتی ہے ہر روحانی ذکر و اذکار کے پیچھے اگر یہ طاقت ہو تو کامیابی ہوتی ہے ہر کامیاب ڈاکٹر کے دستِ شفاء کے پیچھے بھی یہ ہی فیتھ کی طاقت کرم فرما ہوتی ہے خود میں نے

تقریباً ہر بڑے آدمی کے پیچھے فیتھ کی طاقت ضرور دیکھی ہے چاہے وہ خود اس کی اپنی ہو یا اس کے کسی قریبی حلیف کی۔ ایک بات ہمیشہ یاد رکھیں کہ ہر عملی زندگی میں مصروف انسان (پیشہ ور یا

کاروباری شخص) کو لازمی طور پر چاہیے کہ وہ اپنے کام کو پوری طرح سیکھے، اس میں پوری محنت کرے، پھر اللہ پر پختہ ایمان رکھے، اسکے بعد ہی اسے کامیابی سے کوئی نہیں روک سکتا۔ شروع

روحانیت میں محنت لازمی ہے روحانی ترقی کے بعد محنت کم ہوتی چلی جاتی ہے۔ ہر روحانی انسان

کیلئے ضروری ہے کہ پہلے وہ فیتھ (بشمول مثبت سوچ) سیکھے پھر یہ اپنی مشقیں کرے ورنہ قدم قدم پر بے یقینی اور وہم ہی اس کے قدم روکیں گے بلکہ کمزور ذہن والے تو فیتھ کے بغیر ان معاملوں میں

پاگل بھی ہو جایا کرتے ہیں۔ پھر فیتھ کا استعمال ہم الٹا بھی کرتے ہیں جیسے فلاں دن ہمارے لئے نکی ہے فلاں بات، فلاں فوت شدہ پیر فلاں بچہ وغیرہ۔ فیتھ کے اصول پر ہی تعویذ گنڈے بھی کیے

جاتے ہیں اور یہ انسان کی فیتھ پر ہی ہے کہ آپ کا آج کا دن اچھا گزرے گا یا برا یہ سال آپ کیلئے اچھا ہوگا یا برا۔

انسان کو اللہ نے ایسی چیز بنایا ہے کہ اگر وہ مان لے کہ زندگی اللہ کا عذاب ہے تو یہ عذاب بن جاتی ہے اور تحفہ مان لے تو اللہ کا تحفہ اور خوشی بن جاتی ہے خود کو پابند مانو تو پابند ہو جاؤ

گے آزاد مانو تو آزاد ہوتے چلے جاؤ گے۔ انسان حالات کا غلام ہے یا حالات تخلیق کرنے والا، غلام ہے یا بادشاہ، بھیڑ ہے یا شیر یہ سب آپ کے فیتھ کے ہی کرشمے ہیں۔ خود کو محدود مانو تو

محدود ہوتے چلے جاؤ گے لامحدود مانو تو لامحدود ہوتے چلے جاؤ گے۔ ہر انسان میں ایک جیتنے والا (Winner) ہوتا ہے اور ایک ہارنے والا (Loser)۔ انسان میں اس وزن، لوزر کی مثال اس

طرح ہے کہ ہر انسان میں ایک کمزور سائیڈ یا شخصیت ہوتی ہے اس میں انسان کچھ بے یقینی کا شکار سا ہوتا ہے اور ہر کام پختہ یقین سے نہیں کرتا اسی طرح اس کی شخصیت کا ایک مضبوط یا طاقتور اور خود

اعتماد حصہ ہوتا ہے اس کیفیت میں کیا گیا ہر کام بہت بہتر طریقے سے ہوا کرتا ہے۔ اس کو استعمال کرنے کا طریقہ اس طرح ہے کہ پہلے آپ نے ہر اہم کام کرتے وقت خود کو طاقتور اور وزن تصور کرنا

ہے یہ آپ مٹھی بھینچ کر اور خود کو جوش میں لا کر کر سکتے ہیں۔ پھر بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھ کر آپ اس کیفیت میں آ جاتے ہیں یہ آپ نے ہر اہم کام دعایا کسی سے کچھ اہم سوال کرنا وغیرہ اس کیفیت

کے ساتھ کریں تو یہ لازمی پورا ہوگا انشاء اللہ آپ کو اس میں کامیابی ہوگی یہ وزن لوزر والی کیفیت یا دوسرے لفظوں میں کمزور اور طاقتور شخصیت ہر انسان میں پائی جاتی ہے چونکہ یہ لوزر یا کم از کم عام

شخصیت انسانی ذہن کو آرام دینے (ستانے) کیلئے ضروری ہوتی ہے ورنہ ہم بری طرح تھکے رہا



کریں گے۔ آپ نے ہر دعا کرتے وقت خود سے کہنا ہے میں لوز نہیں و نہ ہوں مرید نہیں مراد ہوں جانور نہیں اشرف المخلوقات ہوں پھر بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھ کر وہ دعا کریں انشاء اللہ پوری ہوگی۔

خود کو ایک اہم خود اعتماد اور مضبوط شخصیت تصور کریں اور خود سے کمزور نہیں بلکہ طاقتور قسم کے لفظوں میں بات چیت (سوچوں میں) کیا کریں یہ چیز آپ کو بہت مضبوط بنا دے گی۔ میرا دوست قلندر یہ کہہ رہا ہے کہ تم جانتے بھی ہو کہ تم کتنی اہم اور خطرناک چیز (یعنی فیتھ) لوگوں کو سکھا رہے ہو قلندر کی اس بات نے بڑا اہم پیغام ہے۔

یقین محکم عمل پیہم، محبت فاتح عالم  
جہاد زندگانی میں ہیں یہی مردوں کی شمشیریں  
کوئی اندازہ کر سکتا ہے اس کے زور بازو کا  
نگاہ مرد مومن سے بدل جاتی ہیں تقدیریں  
ولایت، پادشاہی، یہ علم اشیاء کی جہانگیری  
یہ سب کیا ہے فقط ایک نقطہ ایمان کی تفسیریں

اقبال

فیتھ کیلئے یہ بڑا مددگار ہوتا ہے کہ جوش و جذبے میں رہا کریں اچھے روحانی شعراء کی شاعری اس میں شروع روحانیت میں بڑی مدد کرتی ہے جو لفظ اور استعارے آپ ذہن میں رکھ لیں آپ کی سوچ کچھ عرصے کے بعد اسی ڈگر پر چل پڑتی ہے اس لیے اچھے اور مثبت الفاظ، شعر اور ورد اپنے ذہن میں دہرایا کریں پھر خود سے اچھے اہم اور طاقتور لفظوں میں گفتگو کیا کریں، کچھ عرصے کے بعد یہ آپ کی عادت بن جائے گی۔

خدا آپ کو توکل اللہ اور دنیا میں اس کے نائب ہونے پر اور خلیفۃ العرش کی صلاحیتوں پر دلیل کی قید آگے مکمل پختہ اور غیر متزلزل یقین سے نوازے (آمین)

## فیتھ کے چند واقعات

میرا ایک شاگرد حافظ ڈھاب کلاں (چکوال) کا رہنے والا ہے میں نے اسے چند درود دیئے اور پھر اسے بتایا کہ خواب میں جو ہدایات بھی ملیں ان پر عمل کرو۔ چند ہفتوں کے بعد ہی اسے خواب میں قرآن پاک کی مختلف آیتوں اور سورتوں کا پڑھنا نظر آنے لگ پڑا۔ وہ ان پر عمل کر کے پڑھنے لگا۔

پھر میں نے اسے روحانی علاج کرنے کی اجازت دی اور اسے جمعہ کے دن لوگوں کو دم کرنے کا بتایا۔ وہ اس پر عمل کر کے جمعہ کو مریضوں کو بوتل میں پانی دم کر کے دینے لگ پڑا۔ کوئی چھ ماہ بعد میں نے اسے مریضوں کی صحتیابی کے نتائج پوچھے تو وہ کہنے لگا ”آنے والے سب لوگ صحت یاب ہو جاتے ہیں۔ میرے پاس کوئی 300 مریض آچکے ہیں“

یہ بات میرے لیے بھی حیران کن تھی کہ خود میرے پاس آنے والے تمام لوگ بھی صحت یاب نہیں ہوتے تھے۔ مگر پھر میں نے اس کے کزن مرزا فقیر سے پوچھا تو وہ کہنے لگا ”ہاں اس کے پاس آنے والے جس سے بھی پوچھا تو وہ یہی کہتا تھا کہ وہ صحیح ہو گیا ہے“

اسی طرح ایمسٹرڈیم میں میرے ایک ملنے والے رانا ارشاد صاحب (فیصل آباد) ہیں جو عرصہ تیس سال سے پنجاب کی ایک بہت بڑی گدی کے مرید ہیں۔ اس کے علاوہ وہ سارے پاکستان میں پیروں، فقیروں اور مزاروں کے بھی چکر لگاتے رہے انہیں کچھ نہ ملا۔ اس چکر میں وہ لاکھوں روپے برباد کر چکے ہیں۔

2006ء میں، میں نے انہیں کچھ درود اذکار دیئے۔ پھر ہفتے کے ایک مخصوص دن انہیں لوگوں کو دم کرنے کی اجازت دی، پھر پاکستان آگیا۔ کوئی تین ماہ بعد ان سے ملاقات ہوئی تو بیماروں کی صحت یابی کے رزلٹ پوچھے۔ وہ کہنے لگے ”اب تک میں نے تقریباً 100 مختلف مرض



والوں کو دم کیا ہے۔ سو کے سوٹھیک ہو چکے ہیں۔ مجھے بڑا پکا اعتماد ہے اور میں اپنے مریضوں سے کہتا ہوں کہ میرا پیر میرے پیچھے کھڑا ہے۔

در اصل یہی اصل اعتقاد (Faith) ہوتا ہے۔ اگر ایسا اعتقاد کسی کو پیر کے دیئے ہوئے تعویذ پر بیٹھ جائے تو اس کی تمام مشکلات بھی اسی طرح حل ہو جاتی ہیں۔ حافظ صاحب اور رانا ارشاد صاحب دونوں کو مجھ پر پکا اعتقاد ہے۔ اتفاقاً یہ دونوں حضرات مجھے بہت ہی کم ملتے ہیں شائد اگر وہ مجھ سے زیادہ ملتے رہیں تو ان کا کچھ اعتقاد ڈگمگا جاتا۔ بہر حال کسی کو ایسا ہی غلط اعتقاد ہوتا ہے کہ کسی نے اس پر جادو کر دیا ہے۔ اگر یہ غلط اعتقاد (وہم) دل میں بیٹھ جائے تو پھر ایسے انسان پر ہر قسم کی بد قسمتی ہر طرف سے حملہ کر دیتی ہے۔ ایسے شخص کا بیڑا غرق ہی سمجھیں۔

اگر وہ اپنے دل سے یہ وہم دور کرے تو بڑے سے بڑا جادوگر بھی اس کا دس فیصد سے زیادہ نقصان نہیں کر سکتا۔ اگر یہ اعتقاد ہو جائے کہ کوئی اس پر جادو نہیں کر سکتا تو اس پر کوئی جادو نہیں ہوتا اس یقین کو پختہ رکھنے کیلئے دن میں آپ تین بار سورۃ الفلق اور تین بار سورۃ الناس بھی پڑھ لیا کریں۔

میرے تجربات میں آیا کہ جادو کے شکار اٹھانوے فیصد اپنے یا ضمیر کا شکار ہوتے ہیں۔ جادو کا اثر بھی دراصل سوچ کی طاقت ہی ہے۔ یہ اتنے دن ہی رہتا ہے جتنے دن عمل کرنے والا اپنی پڑھائی میں لگا رہتا ہے۔ اس دوران جس پر عمل کیا جا رہا ہے اس کا جسمانی یا مالی نقصان ہو سکتا ہے۔ یہ وقت دس بارہ دن سے زیادہ نہیں ہوا کرتا۔ لیکن اگر اس دوران شکار ہونے والے کے ذہن میں جادو وغیرہ کا وہم بیٹھ جائے تو پھر جتنا عرصہ یہ وہم بیٹھا رہے اتنا عرصہ وہ اس کا شکار رہتا ہے۔ ایسا کوئی بھی جادو کا شکار انسان چالیس دن ایک گھنٹہ روزانہ قرآن پاک کی سورۃ یسین پڑھ کر اس سے بچ سکتا ہے، اس کے لئے آیت الکرسی کا عمل بھی آگے کتاب میں دیا گیا ہے۔

میرے ایک ملنے والے ملک اللہ دتہ (راولپنڈی) ہیں۔ پہلے انہوں نے میری کتاب ”روحانیت، دانش اور حقیقتیں“ پڑھی اور اس پر عمل شروع کر دیا۔ وہ روحانیت میں پہلے بھی دلچسپی

رکھتے تھے مگر اس کے بعد ان کی ساری زندگی بالکل تبدیل ہو گئی۔ ان کے دو بچے اوسط درجے کے اسٹوڈنٹس تھے۔ پھر وہ A گریڈ میں چلے گئے۔ ایک بچے نے کالج میں ٹاپ کیا ملک صاحب کے اپنے مالی حالات بھی اور بہتر ہو گئے۔ ان کے بھائی اور ساتھ دوسرے لوگ بھی ترقی کرنے لگ پڑے۔

میں نے انہیں بیماروں کو دم کرنے کا کہا اور اس کا طریقہ سکھایا تو ان سے لاعلاج مریض بھی صحت یاب ہونے لگ پڑے۔

ملک اللہ دتہ صاحب کی فیملی اور ان کے آس پاس کے لوگوں کی ترقی کی وجہ یہ تھی کہ ملک صاحب ذہین آدمی ہیں۔ انہوں نے کتاب میں دی ہوئی ہدایات کو صحیح طریقے سے استعمال کیا ہے۔ قرآن پاک میں سب واقعات بطور مثال بھی موجود ہیں حضرت نوح علیہ السلام نے ساڑھے نو سو سال تبلیغ کی۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام کو آگ نہ جلا سکی (یہ کوئلے نہیں بلکہ آگ پر بہت بڑا الاؤ تھا) حضرت ابراہیم علیہ السلام نے ہی چار پرندوں کو ذبح کر کے پھر زندہ ہوتے دیکھا۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام کے بے شمار معجزات ہیں دریا کا راستہ دینا، من و سلویٰ ملنا، عصا کا اثر دھابن جانا، حضرت عیسیٰ علیہ السلام کا مردوں کو زندہ کرنا مٹی کے پرندے بنا کر ان میں روح پھونکنا۔ حضرت سلیمان علیہ السلام کا ہزاروں میل سے تخت بلقیس کا منگوانا، اس میں جس بندے میں پلک جھپکتے ہیں اسے منگوا یا تھا اس کے بارے میں قرآن پاک میں لکھا ہوا ہے کہ اس کے پاس کتاب کا تھوڑا سا علم تھا۔ من زرے کو کہتے ہیں۔ رسول پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے بے شمار معجزات ہمارے سامنے ہیں چاند کے دو ٹکڑے کرنا، اللہ سے واقعہ معراج میں آمنے سامنے بات چیت کرنا یہ سب واقعات اہل یقین کیلئے سبق ہیں۔ یہ سب راستے آپ کیلئے بھی کھلے ہیں اہل یقین بنیئے کتاب کا علم حاصل کیجئے اور یہ کام آپ کا کتاب اللہ پر پختہ یقین رکھنے کی صورت میں بالکل ممکن ہے۔



## حسن و خوبصورتی

خوبصورتی کو بہت بڑی دولت کہا جاتا ہے۔

یہ تقریباً ہر انسان کی بنیادی کمزوری ہے کہ وہ پہلے دولت پھر طاقت پھر آس پاس خوبصورتی جمع کرنے میں لگ جاتا ہے۔ ہم سب لوگ کسی نہ کسی طریقے سے اس دوڑ میں لگے ہوئے ہیں۔

رسول پاک ﷺ نے فرمایا کہ لباس میں دو چیزیں دیکھو ایک صحیح ستر پوشی کرے دوسرا خوبصورت ہو۔

حقیقت یہ ہے کہ آدھی خوبصورتی خود کو حسین سمجھنا ہے۔ یہ شخص اس بارے میں خود اعتماد ہو کر ایسی حرکتیں کرتا ہے جو دوسروں کو بھاجاتی ہیں اور بد صورت ترین شخص بھی ایسا کرے تو وہ پر اعتماد ہو کر خوبصورت لگتا ہے۔ خود اعتمادی بذات خود بہت بڑی خوبصورتی ہے۔ اسی طرح سب سے بڑی بدصورتی خود کو بد صورت سمجھنا ہے۔

اللہ سب کو اس سے بچائے، اسی طرح نفاست خوبصورتی کا بڑا ضروری حصہ ہے۔ کوئی خود کو ٹھکنا سمجھے تو وہ چلتا ہی Funny طریقے سے ہے اسی طرح موٹے یہی کچھ کرتے ہیں۔ دراصل پرفیکٹ کوئی بھی نہیں ہے۔ بس ان کمپلیکسز سے باہر آنا سیکھیں۔

آپ قوت ارادی کو استعمال کر کے خود کو خوبصورت بنا سکتے ہیں۔ آپ کے جسم کا ایک ایک سیل آپ کی قوت ارادی کا غلام ہے۔ روحانی طریقے سے بھی خوبصورت بنا ممکن ہے۔ میرا مسخرہ قلندر یہاں چلا کر کہہ رہا ہے کہ تم لوگوں کو کوئی ٹو نہ سکھانا چاہتے ہو۔ کہ جیسے ایک بھانڈ جگتوں میں لوگوں کو سنار ہاتھ کہ پٹواریوں کی جنت میں گیا وہاں اسے نے پٹواریوں کا کلمہ سنا۔ لا الہ الا اللہ، ہزار روپے کا ایک کلمہ۔ اسی طرح تم کہیں یہ تو نہیں کر رہے کہ لوگوں کو کوئی ایسا ورد کراؤ گے۔ دراصل قلندر کو فضول کو اس کی عادت ہے اس کی بات پر دھیان نہ دیں۔

پہلے خود اچھے دوست بنو پھر اچھے دوستوں کو ڈھونڈو کئی مل جائیں گے۔ میری مغرب کے لوگوں اور دانشوروں سے اکثر یہ بات ہوتی رہتی ہے کہ انسان اکیلا تو کبھی خوش رہ ہی نہیں سکتا اسی وجہ سے ہر انسان کسی اچھے دوست یا کم از کم اچھے ازدواجی ساتھی کی تلاش میں ہے لیکن مغرب والوں کی بے وقوفی یہ ہے کہ وہ اچھا دوست نہیں بنتے اور اچھے دوست (یا شریک حیات) کو تلاش کرتے پھر رہے ہیں۔ وہ اسے اس طرح کبھی نہیں پاسکتے۔ پہلے اچھا دوست بنیں اور اسی اچھا دوست بننے کا مغرب کے موجودہ کلچر کا ستیاناس کر دیا ہے کہ یہاں پر کوئی کسی پر اعتبار ہی نہیں کرتا۔ خود سے پیار کرنا سیکھو اور اچھا پیار کرنے والے بنو، پھر پیار کرنے والے ڈھونڈو، بہت جلد ہی مل جائیں گے۔ کہ ہر کوئی اپنی قسم کو ہی ایٹریکٹ کرتا ہے۔

اپنی رسپیٹ (عزت) کرنا سیکھو پھر ہر کوئی تمہاری رسپیٹ کرے گا۔

خود لوگوں کو خوش کرنے کے بجائے انہیں دوسروں کو خوش کرنا سکھاؤ۔ وہ خود ہی خوش ہو جائیں گے اور یہ سلسلہ پھیلتا ہی چلا جائے گا۔

کم بولنے اور زیادہ سننے کی صورت میں آپ زیادہ دوست بنا سکتے ہیں۔ آپ کا زیادہ بولنا ممکن ہے کم دوست بنائے جبکہ دوسروں کی باتوں میں دلچسپی لیکر اور ان کی باتوں سے متاثر ہو کر آپ کئی گنا زیادہ دوست با آسانی بنا سکتے ہیں۔ (یہاں قلندر کہہ رہا ہے کہ یعنی دوسروں کو پمپ کریں کہ وہ بڑے ذہین اور باصلاحیت ہیں)

مخاطب کے خاص نظریوں (نظریہ حیات اور خصوصاً مذہب) کے خلاف خواہ مخواہ بات نہ کریں۔

دوسروں کی باتیں پوری توجہ اور دلچسپی کے ساتھ سنیں آپ انہیں دوست بنا لیں گے۔ اگر کسی کی بات سے اختلاف ہو تو بجائے اسے یہ کہنے کے آپ کی بات غلط ہے یہ کہنا مناسب ہو گا کہ آپ کی بات بھی صحیح ہے۔ ساتھ اس بات کے بارے میں آپ کا کیا خیال ہے۔ اور اپنا خیال یا نظریہ پیش کر دیں۔



## موٹاپے کا حل

آج کل پاکستان میں کھاتی پیتی فیملیوں میں موٹاپا ایک مصیبت بنا ہوا ہے۔ اس میں زیادہ موٹا کرنے والے کھانوں (زیادہ کیلوریز) سے تو تقریباً سبھی لوگ واقف ہیں کہ زیادہ تیل و چکنائی وغیرہ والی چیزوں اور مٹھائیوں سے انسان موٹا ہو جاتا ہے۔ مگر بے شمار لوگ ایسی چیزیں نہ کھانے کے باوجود موٹے ہوتے چلے جاتے ہیں۔

چند دن پہلے ایک دن اسی موضوع پر میری اپنے رشتے کی بھانجی ہمارے لندن سے فون پر بات ہو رہی تھی۔ ہمارا اپنا وزن کم از کم 20 کلو کم کرنا چاہتی تھی۔ مجھے کہنے لگی کہ وہ سپورٹس کلب جوائن کرنا چاہتی ہے (جو اس نے پہلے بھی جوائن کیا اور کچھ عرصے کے بعد چھوڑ دیا تھا)

میں نے ہمارے کہا ”تم بہت عرصے سے وزن کم کرنے میں لگی ہوئی ہو۔ اس معاملے میں ٹامک ٹونیاں مار کر اب یہ مان بیٹھی ہو کہ وزن کم کرنا تمہارے لیے کوئی بے حد مشکل (اگر ناممکن نہیں تو) کام ہے۔ اب اسی لیے تم ایک Escapel کا راستہ اپنا رہی ہو۔ خود میرے جیسا مضبوط آدمی بھی سپورٹس کلب زیادہ عرصے نہیں جاپا تا تم کہاں سے وہاں لگا تار جاپاؤ گی اور اگر کچھ وزن گھٹنا بھی لیا تو تھوڑے ہی عرصے میں وہ واپس اپنی جگہ پر آ جائے گا۔“

پھر میں نے ہمارے کہا کہ وزن کم کرنے کے تین طریقے ہی دنیا میں مشہور ہیں۔ جو کہ ڈائٹنگ کرنا، ہمیشہ کھانے کی کیلوریز گننا اور سپورٹس کرنا ہے۔

پہلا طریقہ ڈائٹنگ کرنا۔ اس میں سے سب سے اہم ہے اس میں انسان کچھ عرصہ محنت کر کے اپنے آپ پر سخت ضبط کر کے کچھ نہ کچھ وزن گھٹا لیتا ہے۔ مگر ڈائٹنگ ہمیشہ تو نہیں کی جا سکتی۔ اسے ختم کرتے ہی تھوڑے دنوں میں وزن اپنی پہلی جگہ پر آ جاتا ہے۔ الٹا ڈائٹنگ کی وجہ سے ہونے والی جسمانی و دماغی کمزوریاں اور بیماریاں علیحدہ ہوتی ہیں۔ اور کبھی کبھی اسے ختم کرنے

کے بعد بھی باقی رہتی ہیں۔

دوسرا طریقہ کیلوریز (حرارے) گننا ہے۔ انسان جو کچھ کھاتا ہے اس کی کیلوریز گنتا رہے اور موٹاپا کرنے والی چیزوں سے پرہیز کرے اس میں سارے دن میں 1700 کیلوریز سے جتنی کم کیلوریز کھاؤ اتنا ہی وزن کم ہوگا۔ مگر یہ طریقہ بھی کوئی زیادہ عرصہ جاری نہیں رہ سکتا۔ اور وزن پھر سے بڑھنے لگ پڑتا ہے۔ پہلے ڈاکٹر انہیں 2000 کیلوریز فی دن کہتے تھے مگر خود میری لمبی تحقیق کے بعد عام کام کاج کرنے والے بندے کیلئے 1700 کیلوریز فی دن اور اگر کوئی بہت ہی لمبا چوڑا انسان ہو تو زیادہ سے زیادہ 1760 کیلوریز فی دن ہے۔

تیسرا طریقہ سپورٹس کرنا ہے جس میں انسان جو کچھ کھاتا ہے ورزش کی مدد سے جلا دیتا ہے۔ بلکہ اس طرح فالتو حرارے بھی جلا کر وزن کچھ نہ کچھ کم ہو جاتا ہے۔ ورزش کے دوسرے کئی جسمانی و ذہنی فوائد علیحدہ ہیں۔ مگر اسے وزن کم کرنے کے نظریے سے زیادہ عرصے تم جاری نہیں رکھ سکتیں۔

اب میں تمہیں ایک ایسا طریقہ بتاتا ہوں جس سے تمہارا وزن بھی کسی کمزوری کے بغیر کم ہوگا اور تم مستقل طور پر جاری بھی رکھ سکو گی۔ اس طریقے کا اصول بڑا سادہ ہے کہ انسان جو کچھ بھی صبح ساڑھے بارہ بجے تک کھائے اسے سو فیصد (100%) ہضم کر لیتا ہے۔ دن کے ساڑھے تین بجے تک جو کچھ کھاتا ہے اسے 75% ہضم کر لیتا ہے چاہے اور دو پہر تین بجے سے (وقت مغرب) شام تک کھانے والی چیزیں آدھی ہضم ہوتی ہیں۔ اور چھ بجے کے بعد کھانے والی چیزیں ہضم نہیں ہوتیں اور پیٹ کے آس پاس ہی لپٹ جاتی ہیں۔ چھ بجے کے بعد صرف سلا د اور پھل ہی کھانے چاہیں۔ کچھ دن آپ انہیں کھاتے رہیں تو آپ کو اس کی عادت پڑ جاتی ہے۔ لوگ ہفتے میں ایک آدھ دن اس میں وقفہ بھی (دعوت کی صورت میں) کر سکتے ہیں۔ یہ وہ طریقہ ہے جو تم ساری عمر یا آسانی جاری رکھ سکتی ہو اور انشاء اللہ تمہیں زیادہ وزن کی کبھی شکایت نہیں ہوگی۔

جسم کے ایسا چھ بجے تک کھانا ہضم کرنے کی ایک وجہ یہ بھی ہوتی ہے کہ انسان لاکھوں



سالوں سے اندھیرا ختم ہونے سے پہلے ہی کھاپی کر خطرات (درندوں وغیرہ) سے بچ کر اپنے ٹھکانوں میں بیٹھ جایا کرتا تھا۔ جسم کو اس کی عادت ہو گئی اور ویسے بھی جو کچھ آپ دوپہر تک کھاتے ہیں جسم اس کو استعمال کر لیتا ہے۔ چھ بجے کے بعد (وقتِ مغرب) معدہ سو جاتا ہے۔ بہر حال ہم میں سے خاصے لوگوں نے دیر سے کھانا کھانے کی عادت بنائی ہوئی ہے اسے ایک دن میں ختم نہ کریں ورنہ پیٹ میں تکلیف شروع ہو سکتی ہے بلکہ اس وقت کھانے کی مقدار کم کر کے دس بارہ دنوں میں بتدریج چھ بجے سے پہلے شام کے کھانے کی عادت پر آجائیں اور چھ بجے بھی بہتر ہے نسبتاً ہلکی غذا کھائیں۔ جیسے سارچ (ابال کر پانی پھینکے ہوئے چاول) نکلے ہوئے چاول۔ اور اگر گوشت کے ساتھ روٹی ہی کھانی ہے تو صرف شوربہ کھائیں یا پھر گوشت کی پانچ سات بوٹیاں لے سکتے ہیں۔ تجربے میں معلوم ہوا کہ چاولوں یا آلو کو جتنی بار بھی ابالیں ان کا سارچ ختم نہیں ہوتا۔ اس لیے گوشت کو صرف سلاڈ کے ساتھ کھائیں اس میں آپ پیاز، کھیرا، پہاڑی مریج، بند گوبھی، ابلے ہوئی سبزیاں، کدو وغیرہ بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ البتہ کرنل باسنتی چاول میں خاصا کم سارچ ہوتا ہے خصوصاً بغیر پالش شدہ چاول صحت کے لئے زیادہ بہتر ہوتا ہے اسے براؤن چاول بھی کہتے ہیں۔ پھر ابلے ہوئے آلو گوشت اور شکر قندی کے ساتھ کھائے جاسکتے ہیں۔

اس وزن کم کرنے والے پروگرام (یعنی صبح تا ۳ بجے اور پھر شام ۶ بجے تک) کی سب سے اہم اور فائدہ مند بات یہ ہے کہ اس پر عمل کرنے کے بعد آپ دوسرے جس بھی طریقے سے اپنا وزن کم کریں گے وہ وزن دوبارہ کبھی نہیں بڑھے گا۔ جب یہ حوصلہ ہو تو پھر آپ کسی بھی ترکیب (چاہے ہائی پروٹین ڈائٹ یا کم کیلوری زیادہ میں چار پانچ بار ہلکا کھانا وغیرہ) سے وزن کم کریں تو دوبارہ نہیں بڑھے گا۔ اور اگر آپ نے کسی دوسری ترکیب پر عمل نہ کیا تب بھی اسی سے آپ کا وزن بتدریج گھٹتا چلا جائے گا۔ سورج ڈوبنے کے بعد صرف سلاڈ یا پھل کھائیں۔ بہر حال اس وقت کچھ نہ کچھ کھا لینا آپ کو گیس ہونے سے بچا لیتا ہے۔ بہت زیادہ کیسز میں گیس ہی وزن کم کرنے میں سب سے بڑی رکاوٹ ہوتی ہے۔

روس کی ایک کہاوت ہے ”شام کا کھانا دشمن کے گھر بھیج دیں“ اس وقت چینی مت کھائیں کہ چینی فوراً ہضم ہو کر انرجی میں تبدیل ہو جاتی ہے اور جسم اس آسان انرجی کو ہی استعمال کر لیتا ہے اور روٹی وغیرہ اور دوسرے قدرتی کاربوہائیڈریٹ (قدرتی شکر) جسم استعمال نہیں کرتا اور وہ چربی میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ جسم سب سے پہلے چینی کو ہضم کرتا ہے پھر قدرتی کاربوہائیڈریٹس بعد میں پھر جسم گوشت (پروٹین وغیرہ) کو ہضم کرتا ہے۔

مرغن (یعنی ہیوی) خوراک سے بچنا چاہیے، مرغن کھانے بھی گیس پیدا کرتے ہیں، خوراک بھاری ہو تو انسان کی سوچیں بھی بھاری ہو جاتی ہیں۔ روحانی شغل والے انسان کو اس کی لازمی احتیاط کرنی چاہیے۔ پکا اصول یہ ہے کہ جلد ہضم ہونے والے کھانے ہی صحت مند اور طاقتور ہوتے ہیں اور وزن بھی کم کرتے ہیں۔

کچھ بھوک باقی ہو تو کھانا چھوڑ دیں ہم پاکستانی و انڈین دنیا میں غالباً سب سے زیادہ نمک استعمال کرتے ہیں حالانکہ نمک جسم میں پانی کو روکتا ہے۔ پانی جب بھی جسم میں رکے وزن زیادہ ہو جاتا ہے۔ زیادہ نمک کے ساتھ چاہیے کہ زیادہ پانی سے بچیں پھر ہی وزن کم ہوگا۔ مگر کم پانی پیتے پیتے جسم کو گرمی (لوواثر لیول) و پانی کی کمی کا شکار ہی نہ کر لیجیے گا۔

مصالے ہماری خوراک کا لازمی جزو ہیں مگر مصالحے بھی تیزابیت پیدا کرتے ہیں تیزابیت کھانا ہضم کرنے میں مدد دیتی ہے مگر اس کی زیادتی سے جسم میں گیس پیدا ہوتی ہے جو جسم میں اور دوسری پیچیدگیوں کے علاوہ پانی کو بھی روکتی ہے۔ پانی کا جسم میں رکنا آدمی کا وزن بڑھا دیتا ہے۔ اس لیے مصالحوں کا استعمال کم سے کم کریں۔ برصغیر کے لوگوں کو چاہیے کہ وہ تیل اور مصالحوں والے کھانوں سے جتنا بھی ہو سکے اجتناب کریں۔ برصغیر کے لوگوں کا جسم اور چہرے پھولے ہوئے ہونے کی وجہ گیس ہی ہوتی ہے آپ گیس کا علاج کریں تو آپ کا وزن اور پیٹ خود بخود ہی ختم ہو جاتا ہے۔ املی آلو بخارے کے شربت کا سکواش، لسی گیس کا پکا علاج ہے انہیں مستقل استعمال میں رکھیں۔ میں نے یہ بھی دیکھا ہے کہ پتلے جسم کے لوگوں کا جسم ٹھنڈک کا شکار ہوتا ہے



اور گیس بھی کم پیدا کرتا ہے۔ اسی وجہ سے وہ کچھ زیادہ بھی کھائیں موٹے نہیں ہوتے۔

ایک چیز سمجھتی لازمی ہے کہ ڈائٹنگ بڑا صبر آزما کام ہے اور اسے وہی کرے جو میڈیکل فٹ ہو۔ کسی جسمانی کمزوری (خصوصاً بلڈ پریشر، شوگر اور پیٹ کی خرابی وغیرہ) والے اسے کبھی بھی پورا نہیں کر پاتے۔ ایسے لوگوں کو یہ کوشش ہی نہیں کرنی چاہیے۔

اوپر بیان کردہ جتنی بھی باتیں بتائی گئی ہیں ان پر احتیاط سے عمل کریں۔ کوئی بھی خوراک تبدیل کرنے کی صورت میں آدمی کو (خصوصاً روٹی چھوڑنے کی صورت میں ہم پاکستانیوں کو) طرح طرح کی جسمانی پیچیدگیاں ہو سکتی ہیں جیسے گیس وغیرہ۔ خوراک تبدیل کرنے کے بعد خود پر تنقیدی نظر رکھیں۔

جسم میں کیلشیم کا کم ہو جانا بھی موٹاپے کی ایک وجہ ہوتی ہے اس کیلئے تھوڑا سا دودھ یا دہی ضرور استعمال کریں۔

میں اس موضوع پر اہم ترین باتیں دوبارہ واضح کرنا چاہتا ہوں آجکل کے دور میں شام کوئی وی کے سامنے بیٹھ کر کھانے کی عادت موٹاپے کی سب سے بڑی وجہ ہوتی ہے اس سے لازمی بچیں۔ نماز مغرب سے پہلے یا فوراً بعد رات کا کھانا کھالیں، تیز مصالحوں اور تیز تیل سے بچیں۔ کہ یہی گیس پیدا کرتے ہیں اور تیز مصالحوں کے بعد انسان کا خواجہ میٹھا کھانے کو دل کرتا ہے جو کہ وزن کو بڑھا دیتا ہے۔ زیتون کا تیل کچھ مقدار میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔ کھانے کے ساتھ چائینیز لوگ گرم پانی یا قبوہ پیتے ہیں وہ شاز و نادر ہی موٹے ہوتے ہیں۔ چائے کا قبوہ اور خصوصاً سبز چائے کا قبوہ کھانے کے ساتھ پینا وزن کو یقینی طور پر کم کر دیتا ہے کہ ایسا کرنے سے آپکا میٹو بولزم (ہضم کرنے کا نظام) تیز ہو جاتا ہے اور پھر کھانے کا تیل بھی آنتوں میں نہیں جم پاتا اور گیس سے بھی بچت ہو جاتی ہے اس قبوہ کو آپ تھوڑی سی چینی کے ساتھ بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ تجربے میں یہ بھی آیا ہے ہماری دودھ والی چائے بھی گیس پیدا کرتی ہے اس کو چھوڑ کر صرف سبز قبوہ پینے سے بہت سے لوگوں کے وزن کم ہو گئے اس سے گیس کم ہو جاتی ہے عموماً گیس ہی جسم

میں پانی کو روک کر انسان کو موٹا کرتی ہے اس کا ہی علاج ہو جائے تو 90% لوگوں کا موٹا پا ختم ہو جاتا ہے۔ مثال کے طور پر عرض ہے! پٹھان اور خصوصی طور پر افغانی بھی ہماری طرز کا کھانا ہی کھاتے ہیں مگر ان کے کھانوں میں تیز مصالحے بالکل نہیں ہوتے اور وہ ہم لوگوں سے دگنا کھالینے کے باوجود کم موٹے ہوتے ہیں چاہے وہ سارا دن مشقت کا کام کرتے ہوں یا نہیں انہیں کوئی خاص فرق نہیں پڑھتا۔

تیز مصالحے چہرے کی جلد کے لیے سخت مضر ہوتے ہیں مزید اس سے پیدا شدہ گیس کو ایڈجسٹ (Adjust) کرنے میں بھی انسانی جسم کی بڑی توانائی ضائع ہوتی ہے ہم لوگ رات کہ دیر سے جو کچھ کھاتے ہیں معدہ اس میں سے 10 سے 15 فیصد ہی ہضم کرتا ہے باقی سب کچھ معدہ پر بوجھ ہوتا ہے ساری رات یہ گلٹا سڑتا گیس پیدا کرتا رہتا ہے۔

آخری کھانا مغرب کے وقت کھالینے کے مزید کئی فوائد ہیں مثلاً آپ کا معدہ اسے تین چار گھنٹے میں پوری طرح ہضم کر لیتا ہے پھر خالی معدہ اپنی صفائی کرتا ہے اسکے پاس اس صفائی کے لیے ساری رات ہوتی ہے رات کے اس آرام کے بعد معدہ پوری طرح طاقت میں آ جاتا ہے۔

کھانے سے متعلقہ ایک اصول یہ بھی یاد رکھیں اگر کھانا زیادہ بھی پکایا جائے تو اس کی غذائیت کوئی خاص کم نہیں ہوتی مگر ہمارے پاکستانی طریقے کا تیل اور تیز مرچ مصالحوں سے بھرا ہوا کھانا اس کی غذائیت بہت ہی کم کر دیتا ہے۔ سبزی وغیرہ کا جب تک اپنا ذائقہ محسوس ہو وہ صحیح فائدہ مند ہوتی ہے نیز کم مصالحے استعمال کرنے کی صورت میں آپ کو وہ چیزیں پوری طرح فائدہ دیں گی۔

کھانے میں تیز مصالحوں کا وزن بڑھانے میں اہم کردار ہوتا ہے اس کے بعد خواہ مخواہ میٹھا کھانے کو دل کرتا ہے یہ میٹھا ہمارے جسم کی ضرورت نہیں ہوتا اور لازماً وزن بڑھا دیتا ہے کم مصالحوں والے کھانے ہوں تو اس کے بعد میٹھا کھانے کو دل نہیں کرتا۔

آپ ڈائٹنگ کے جتنے بھی طریقے استعمال کریں آخر کار آپ نے پرانے نارمل



کھانوں پر ہی واپس جانا ہوتا ہے اور آپ کا وزن دنوں میں پرانی جگہ پر آ جاتا ہے اور پر بیان کردہ ہدایتوں یعنی دن میں آخری کھانا مغرب سے پہلے کھا لینے اس میں کم مصالحوں ہونے کی صورت میں وزن ساری عمر کنٹرول رہتا ہے مزید مدد کے لیے سبز قبوہ بھی پی لیں۔

## سدا جوان رہنا

میں نے قرآن پاک میں حضرت نوح کی مثال پڑھی جس میں آپ کی عمر نو سو سال سے زیادہ بتائی ہے پھر میں یہ تلاش شروع کی کہ کیا کیا چیزیں انسان کی لمبی عمر میں مددگار ثابت ہوتی ہیں۔ اس میں مجھے آٹھ اہم ترین چیزیں ملیں۔ یہ چیزیں میں آپ کی رہنمائی کیلئے یہاں لکھ رہا ہوں۔

1- ٹیلیوژن پر نیشنل جیو گرافک چینل پر ایک ڈاکومنٹری دیکھنے کا اتفاق ہوا جس میں بتایا گیا تھا کہ عورتیں چالیس سال کے بعد اور مرد پچاس برس کی عمر کے بعد جسمانی کمزوری کا شکار ہونا شروع ہو جاتے ہیں ان کے جسم میں موجود ہیومن گروتھ ہارمونز کم ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ ان میں تین اہم ترین ہارمونز ہوتے ہیں۔ ایک کا نام ایسٹروجن، دوسرا پروجسٹرون اور تیسرا ٹیسٹ ٹیسٹ ٹرون ہے۔ اس ڈاکومنٹری میں انہوں نے اس عمر کے بعد کمزوری کا علاج Weight Training (وزن کیساتھ ورزش کرنا) بتایا۔ پھر امریکہ کے مشہور لکھاری انتھونی رابنز کی ایک کتاب پڑھنے کا اتفاق ہوا۔ اس میں بھی وہی بات دہرائی گئی تھی مگر اس میں اس نے ویٹ ٹریننگ کا دورانیہ 35 تا 45 سیکنڈ فی سیٹ لکھا تھا۔ یعنی اتنے وقت کے اندر آپ اپنے جسم کی ستر فیصد سے زیادہ توانائی کو ایک سیٹ کی صورت میں استعمال کریں۔

ایسا کرنے سے جسم میں اوپر بیان کردہ ہیومن گروتھ ہارمونز خون میں آنے لگ پڑتے ہیں اور کتاب کے دعوے کے مطابق اگر انسان ستر، اسی یا نوے برس کا بھی ہو جائے تو اسکے جسم کی طاقت کم نہیں ہوگی۔ (اس دعویٰ کو کیے ہوئے کوئی آٹھ برس گزر چکے ہیں، شاید اب سے بیس سال کے بعد لوگ اس عمر میں پہنچ کر اس چیز کی پوری تصدیق کریں گے)

2- انتھونی رابنز نے اپنی اسی کتاب میں بتایا ہے کہ اگر انسان کا خون صاف رہے تو انسان



توانائی سے بھرپور رہتا ہے۔ گہرے سانس لینے سے انسان کے جسم میں لپس کا ڈائیٹو ہو جاتا ہے۔ یہ خون میں لپس فلوئیڈ بھیجتا ہے۔ لپس فلوئیڈ وہ پیلے رنگ کا مادہ ہے جو خون کے سرخ سیلوں سے چار گنا زیادہ ہوتا ہے اور خون کے رنگ کو گلابی بناتا ہے۔

نارمل حالت میں خون کے اندر مختلف قسم کے قائلو مادے (ڈیڈ پروٹین، ٹوکسن وغیرہ) جمع ہو جاتے ہیں اور خون کے سرخ سیلوں کی کارکردگی کو کمزور کر دیتے ہیں۔ اس کا علاج گہرے سانس لینا ہے۔ رائنز نے اپنی کتاب میں لکھا ہے کہ امریکہ میں ریسرچ لیبارٹریز میں کیے گئے تجربات میں جسم کے اندر آلات لگائے گئے تو معلوم ہوا کہ سانس کی مدد سے لپس فلوئیڈ خون کے سیلوں کو با آسانی صاف کر سکتا ہے۔ اس نے سانس کا طریقہ اس طرح بتایا ہے۔

چار سینکڑ کے اندر سانس لینا۔

16 سینکڑ سانس جسم میں رکھنا۔

8 سینکڑ سانس کو منہ سے آہستہ آہستہ باہر نکالنا۔

3۔ یہاں بیان کردہ طریقہ عمر کو کوئی 30 سال بڑھا سکتا ہے۔ اس میں آپ کی خوراک سبزیوں پر مشتمل ہونی چاہیے۔ اس میں سبزیوں کی کل مقدار 600 کیلو یزنی دن ہوتی ہے۔

کم از کم خوراک میں پروٹین اور شارچ (یہ کاربوہائیڈریٹس کے اندر چھپا میٹھا مادہ ہوتا ہے) اکٹھے مت کھاؤ۔ اگر ان کو اکٹھا کھانا پڑے تو صرف شوربہ اور روٹی یا چاول اور شوربہ کھاؤ یہ کمینیشن با آسانی ہضم ہو جاتا ہے۔

4۔ زندگی میں مقصد ہونا انسان کی لمبی زندگی کیلئے اشد ضروری ہے۔

5۔ سٹریس سے بچے رہنا۔ یعنی دماغی کھنچاؤ سے بچ کر خوش باش رہنا۔

6۔ قوت ارادی کا استعمال۔ ہم اپنے جسم کو سوچ کے ذریعے خود ہی بوڑھا کرتے رہتے

ہیں۔ ہمارے ذہن میں ہوتا ہے کہ ساٹھ برس سے انسان بوڑھا ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ ستر سے کبڑا ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ اسی کے قریب مر جاتا ہے وغیرہ وغیرہ۔ آپ کے جسم کا ایک ایک

سیل انسانی ارادے کا غلام ہے۔ اگر آپ کی قوت ارادی مضبوط ہے تو آپ اپنی عمر سے اس طرح ہینا ناز نہیں ہونگے۔ اگر آپ خود کو کم عمر سمجھیں گے تو آپ کم عمروں کی طرح چلیں پھریں گے۔ انہی کی طرح بات چیت کریں گے۔

خود میں اپنی سالگرہ پر اپنی عمر سے آدھی موم بتیاں روشن کرتا ہوں۔

7۔ امریکہ میں پادریوں کے گروپ کے ایک لیڈر بلی گراہم کا کہنا ہے کہ روحانی انسان کی عمر پچیس تا تیس سال زیادہ ہوتی ہے۔ اور ان کی مینائی نہیں جاتی۔

8۔ ضلع چکوال میں اپنے تجربات میں معلوم ہوا کہ تارا میرا کا تیل استعمال کرنے والوں

کی اوسط عمر کوئی نوے سال کے لگ بھگ تھی۔ تارا میرا کو میٹھا کر کے استعمال کیا جاتا ہے۔ تارا میرا کا تیل لکڑی کے کوہلو سے نکلوا کر اسے دو گھنٹے کے قریب آہستہ آگ پر گرم کیا جاتا ہے۔ پھر ایک ٹی

سپون روزانہ تک پی سکتے ہیں۔ یہ کام آپ اس کا ساگ (RACULA) یا (WILD ROCKET SALAD) کھا کر بھی کر سکتے ہیں۔

اسے استعمال کرنے والوں کی جسمانی طاقت عام لوگوں سے دو گنا سے بھی زیادہ دیکھی ہے۔ ان کے چہرے پر گولڈن سی سرخی ہوتی ہے۔ ان پر بڑھاپا ”دیر سے آتا ہے“۔

بچپن سے اسے استعمال کرنے والوں کی ہڈیاں عام لوگوں سے خاصی زیادہ چوڑی اور مضبوط ہوتی ہیں۔ بڑی عمر میں بھی ایسے لوگوں کی ہڈیاں نہیں کھرتیں۔

ان کے بال بہت عمر تک کالے رہتے ہیں۔ آنکھیں بھی صحیح رہتی ہیں۔

ان کے علاوہ بھی اسکے بہت سے فوائد ہیں۔



## انفرادی و اجتماعی ذہن اور روح

میں اپنی کتاب ”روحانیت اور شعور زندگی“ میں انفرادی اور اجتماعی ذہن کے بارے میں لکھ چکا ہوں یہاں مختصر اسے دہرا رہا ہوں۔

چند سال پہلے سائنسدانوں کے مشاہدے میں آیا کہ مشرق بعید کے ایک جزیرے میں ایک میکانک نسل کے بندر نے اپنے کھانے کی چیز (شکر قندی وغیرہ) کو دھو کر کھانا شروع کر دیا۔ پھر یہ طریقہ اس کے گروپ کے بندروں اور پھر اسی جزیرے میں موجود دوسرے ہم نسل بندروں میں پھیل گیا لیکن چند میل کے فاصلے پر دوسرے جزیرے میں بھی اسی نسل کے بندر بھی چیزیں دھو کر کھانے لگ پڑے جبکہ یہ تبدیلی ایک ہی وقت میں ہوئی۔ اس دوسرے جزیرے کے بندروں کا پہلے جزیرے کے بندروں کے ساتھ کسی قسم کے تعلق کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا تھا کہ وہ دیکھ کر ان کی نقالی کر رہے ہیں۔ سائنسدانوں کی تحقیق میں اس کی واحد وجہ سوچ کا سفر کر کے دوسرے جزیرے تک پہنچ جانا ہی قرار پایا۔ پھر اس کے بعد جب لوگ غور کرنے لگے تو معلوم ہوا کہ دنیا کے مختلف حصوں میں موجود لوگ بھی ایک ہی خیال کے زیر اثر کسی ایک چیز پر تحقیقاتی کام کر رہے ہوتے ہیں۔ ماضی میں ہونے والی بیشمار ایجادوں میں اس ربط کا پتا چلا۔

اسی سے معلوم ہوا کہ انسان کا ایک انفرادی ذہن (Mind) ہوتا ہے۔ اور اس کے گروپ کا ایک اجتماعی ذہن ہوتا ہے۔ پھر کبھی سوسائٹیوں کا اور پھر کبھی انسانوں کا ایک اجتماعی ذہن ہوتا ہے۔ انسانی دماغ تو ایک عضو ہے لیکن ذہن پورے جسم میں پھیلا ہوا ہوتا ہے۔ انسانی ذہانت کے سیل نیوران پورے جسم میں موجود ہوتے ہیں۔ اور یہی ذہن اپنے انسانی جس سے باہر دوسرے انسانی ذہنوں سے بھی رابطے میں رہتا ہے۔

اس بندروں والے واقعہ سے پہلے بھی نفسیات دان اور ریسرچ کرنے والے اس

اجتماعی ذہن کا ذکر کر چکے تھے ان میں ایک مشہور رائٹر نیپولین ہل اور نفسیات دان C.G. JUNG بھی شامل ہیں۔ سی جی یونگ نے تو 1930ء کے قریب واضح طور پر اجتماعی لاشعور (Collective Unconsciousness) کی بات کی تھی مگر اسے روحانی شخصیت (Mystic) قرار دے کر سائنسدانوں نے اس کی اس بات کو تسلیم کرنے سے انکار کر دیا۔

مشہور فلاسفر برٹینڈرسل (1873-1971) تو خدا کو کائناتی ذہن ہی قرار دیتا تھا۔ سائنسدانوں کو انسانی روح اور یقین (Faith) کے مسئلے نے بہت زیادہ کنفیوز یہ رکھا۔ ان کو یہ سمجھ نہیں آتا کہ لاعلاج بیماریاں کچھ لوگوں میں اچانک کیسے ختم ہو جاتی ہیں۔ کچھ لوگ مخصوص موقعوں پر عجیب و غریب مافوق الفطرت صلاحیتوں کا مظاہرہ کس طرح کر لیتے ہیں۔ کچھ لوگ دور کی چیزیں کیسے محسوس کر یاد دیکھ لیتے ہیں۔ (جو اگر ہر دفعہ صحیح نہیں ہوا کرتیں تو بے شمار مرتبہ صحیح بھی ہوتی ہیں۔)

اصل میں انسانی ذہن (Mind) ہر وقت دوسرے انسانی ذہنوں سے رابطے میں رہتا ہے اور کچھ حساس اور مخصوص فریکوئنسی پکڑ لینے والے ذہن دوسروں کی سوچیں بھی پکڑ یاد دیکھ لیتے ہیں۔ انسانی ذہن کا اہم ترین کام اور صلاحیت تو اپنی جان کی حفاظت ہے مگر یہ اس کے علاوہ بھی بے شمار صلاحیتوں کا مالک ہوتا ہے۔ یہ دنیا کے کسی بھی حصے کے لوگوں سے دماغی رابطہ کر سکتا ہے۔ (خود مجھے ایسے بے شمار تجربات ہو چکے ہیں۔ جن میں سے کچھ کا ذکر میں اپنی سب سے پہلی کتاب ”روحانیت، دانش اور حقیقتیں“ میں کر چکا ہوں)

ایک خلیہ کے مالک جزواں بچے بھی ایسے واقعات سے دوچار ہوتے ہیں جیسے دو میں سے کسی ایک کو لڑائی میں ناک پر مکالگا، اس کا خون بہنے لگا تو اسکے دوسرے بھائی کو گھر بیٹھے ہوئے ناک میں اسی وقت خون آنے لگ پڑا۔ ہم سب کے ذہن اسی طرح دور فاصلوں سے ایک دوسرے کے ساتھ منبج ہو سکتے ہیں اور ہو جایا کرتے ہیں۔ چاہے ہمیں اس کا علم ہو یا نہ ہو۔

اسی طرح روحانی صلاحیتیں رکھنے والے انسان میں ایک نوری سا جسم بن جایا کرتا



ہے۔ جو ابتداء میں انسان اپنے بستر پر لیٹے وقت جسم سے باہر نکلنے کے تجربات کی صورت میں محسوس کرتا ہے۔ (خود میرے ساتھ بیسیوں دفعہ ایسا ہو چکا ہے اور کافی سارے دوسرے لوگوں نے بھی مجھے اپنے مشاہدات بتائے ہیں بلکہ بیشتر کتابیں بھی ایسے موضوع پر لکھی جا چکی ہیں۔

مگر زیادہ روحانی ترقی کی صورت میں انسان ایک وقت میں دو یا زیادہ جگہ پر موجود ہو سکتا ہے۔ ہمارے بے شمار روحانی بزرگوں کے علاوہ انگلینڈ کا مشہور شاعر لارڈ بارن ایک دفعہ دو جگہ پر اکٹھا دیکھا گیا تھا۔ گویہ لازمی نہیں کہ خود انسان کو اس کا علم ہو، مگر چہ کچھ لوگوں کو اس کا علم ہوتا ہے۔ ان میں سے کچھ لوگ پہلی جگہ سے غائب ہو کر دوسری جگہ پر موجود ہونے کی صلاحیت بھی رکھتے ہیں۔

لیکن اگر کوئی شخص یا روحانی انسان اپنی جگہ سے دور جا کر آنے کا دعویٰ کرے تو اس سے پوچھیں کہ وہ دور سے کچھ چیزیں (جیسے دوسرے ملکوں کے پھل وغیرہ) بھی لا کر دکھائے کیونکہ کچھ صوفی اور روحانی لوگ اپنے سارے گروپ کی نظر بندی کر کے بھی دور کی چیزیں دکھا دیا کرتے ہیں۔ اور اس کے مریدین ان چیزوں کو حقیقت ہی مانا کرتے ہیں۔

لیکن کچھ کیسز میں بہر حال دور کی چھوٹی موٹی چیزیں بھی لوگ لے آیا کرتے ہیں۔ یہ لوگ دور کی چیزیں صرف دکھانے والوں سے بہر حال خاصی زیادہ صلاحیت کے مالک ہوتے ہیں۔ ان میں ایسے لوگوں کا یہ اندرونی جسم یا ڈبل ہی ایسے کام کرتا ہے۔ بلکہ کچھ سوچ کی طاقت سے اور چلے وغیرہ کر کے اسی ڈبل کی طاقت کے چھوٹے سے حصے کو استعمال کر کے اسے جن یا موکل کا نام دے دیتے ہیں اور یہی سمجھتے ہیں۔ گویہ انسان کی طاقت کی بڑی ادنیٰ سی مثال ہے۔

انسانی جسم اپنے اندر کیمیائی تبدیلیاں کرنے کے بھی قابل ہے۔ یہ یقین مثبت سوچ کی سب سے اونچی قسم ہوا کرتا ہے۔ یہ پریکٹس و تصدیق شدہ اور اندر بیٹھا ہوا یقین ہوا کرتا ہے۔ انسان کی روحانی صلاحیتیں اور یقین جب اونچے درجوں میں پہنچنے لگ پڑے تو اس کے ذہن پر دلیل (Logic) کی گرفت ڈھیلی رکھنا ضروری ہوتا ہے۔ پھر ہی انسان عجیب و غریب روحانی

تجربات و کرامات کا مشاہدہ کرتا ہے۔

علامہ اقبالؒ نے اسی بارے میں کہا ہے

گزر جا عقل سے آگے کہ یہ نور

چراغِ راہ ہے منزل نہیں ہے

خدا نے انسان کو شیر بنایا مگر انسان خود کو چوہا مان کر چوہا ہی بن کر رہ گیا۔ (مولانا رومؒ نے بھی اپنی مثنوی میں ایک شیر کی مثال دی ہے جو بھیڑوں میں پل کر جوان ہوا اور خود کو بھی بھیڑ ہی مانتا تھا۔ علامہ اقبالؒ نے بھی اس موضوع پر اپنی فارسی شاعری میں لکھا ہے۔)

انسان خدا کا خلیفہ (نائب) ہے۔ مگر خود کو حالات و واقعات کا غلام سمجھ بیٹھا جبکہ انسان اپنی قسمت اپنی محنت اور یقین کی مدد سے خود تخلیق کرتا ہے۔ حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی (بغداد والے) بھی اس بات کو سمجھ چکے تھے کہ آپ کا فرمان ہے کہ مردود ہے جو تقدیر سے لڑے (غنیۃ الطالبین)۔

خردمندوں سے کیوں پوچھوں میری ابتدا کیا ہے کہ میں اس فکر میں رہتا ہوں میری انتہا کیا ہے خودی کو کر بلند اتنا کہ ہر تقدیر سے پہلے خدا بندے سے خود پوچھے بتا تیری رضا کیا ہے

(اقبالؒ)

پاس سے یا فاصلے سے کسی کا مرض دور کر دینا، ٹوٹی ہوئی یا خراب ہڈیوں کو منٹوں میں جوڑ دینا۔ دور کی چیزیں محسوس کر لینا، انسانی جان کا عجیب و غریب طریقے سے بچ جانا، دور فاصلے پر نظر آنا، کسی دوسرے کو سوتے میں بات بتا دینا، ماضی و مستقبل کی کافی حد تک صحیح باتیں بتا دینا، دور کسی کی مدد کر دینا، پارش لے آنا یا بارش روکنا، کسی انسان کے کردار کو ایک ہی دن میں تبدیل کر دینا، دعا کی انرجی (نور) کی مدد سے بڑے بڑے مشکل مسائل کو حل کر دینا۔ یہ سب زندہ روحانی انسان کیلئے پوری طرح ممکن ہے۔ اس میں دو ہی چیزیں ہوا کرتی ہیں



اس میں ایک چیز پختہ یقین (Faith) ہے۔

دوسری چیز مراقبات اور دواؤں کی مدد سے حاصل شدہ روحانی طاقت ہے صرف پختہ یقین ہی کرامات کے لیول تک نہیں لے جاسکتا پختہ یقین کے ساتھ روحانی طاقت بھی چاہیے پھر انسان کرامات کے لیول تک پہنچ جاتا ہے۔

مثلاً آپ میں کتنا ہی مضبوط یقین کیوں نہ ہو آپ کی پرانے بیمار کا علاج صرف یقین کی مدد سے نہیں کر سکتے لیکن ساتھ روحانی علاج کی صلاحیت (Healing Power) چاہیے یہ ہیملنگ پاور آپ کو قرآنی آیات کے پڑھنے یا دواؤں کی مدد سے بخوبی مل جایا کرتی ہے اس روحانی علاج کی صلاحیت کو پختہ یقین کے ساتھ ملا کر استعمال کریں تو انشاء اللہ آپ ہر بیماری کا علاج کر سکتے ہیں۔ روحانی مشقوں کی مدد سے انسانی ذہن کی طاقت بہت بڑھ جایا کرتی ہے، انسانی ذہن دور سے چیزیں لانے کے قابل تو ہے ہی یہ مادے میں کیمیائی تبدیلیاں کر کے کچھ چھوٹی موٹی چیزیں تخلیق کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہے۔

انسان کی روحانیت جوں جوں ترقی کرتی ہے یہ اوپر بیان کردہ عجیب و غریب چیزیں بھی کرنے کے قابل ہو جاتی ہے۔

ہر انسان پیدائشی طور پر یکساں ذہنی و روحانی طاقت کا حامل نہیں ہوتا گواپنی طاقتوں کو بہت حد تک بڑھا سکتا ہے بشرطیکہ اس میں یقین کا مادہ ہو اور ہمت والا بھی ہو۔

زیادہ روحانی طاقت رکھنے والا انسان فضاء میں موجود مادے ایتھر (یہ قرآن پاک میں بیان کردہ امر الہی کی ایک صورت ہے) میں سوچ کی مدد سے کئی چیزیں تخلیق بھی کر لیتا ہے۔

روحانی علاج والا انسان ایتھر کے ذریعے کسی دوسرے انسان کا دور سے روحانی علاج کرتا ہے بلکہ وہ ایتھر سے ہی غیبی ہاتھ تخلیق کر کے اس کے جسم میں سے مرض کو باہر نکال سکتا ہے۔ کچھ لوگ اس چیز کو سوچ کی طاقت بھی کہتے ہیں یہ چیزیں میں خود کئی بار کامیابی سے کر چکا ہوں۔

ان سب صلاحیتوں کو غور سے دیکھیں تو انسان جسم، ذہن اور روح کے درمیان موجود بہت سے بظاہر پیچیدہ سوالات حل ہوتے ہوئے نظر آتے ہیں۔ انسانی ذہن ہی بہت حد تک روح کی تشریح کے قریب ہے۔



## ذہانت

ذہانت کا مطلب ہمارے تعلیمی نظام میں اچھی یادداشت ہونا ہی لیا جاتا ہے۔ مگر اس کا اصل مطلب نئے حالات اور ماحول میں راستہ بنانا، ضرورت کے مطابق خود کو اس میں ایڈجسٹ کر لینا، مشکلات کا حل تلاش کرنا، فضول وقت ضائع نہ کرنا، اپنی اولیت (Priorities) پہچاننا، اچھے برے کی پہچان ہونا اور سب سے بڑھ کر زندگی کا شعور ہونا۔ جو چیز بھی آپ کو اللہ کے قریب کرے وہ صحیح ہے، جو چیز بھی دور کرے وہ غلط ہے، یہ مذہبی شعور کی بات ہے۔

مسائل کو مختلف سمتوں (Angles) سے دیکھنا بھی ذہانت کا نشان ہے۔

کسی بھی مفکر میں گہرائی آہی نہیں سکتی جب تک وہ زندگی کے مادی پہلوؤں (اکانومی وغیرہ) کی سمجھ نہ رکھتا ہو اور مزید گہرائی کیلئے اخلاقیات (خصوصاً دین کی اخلاقیات) کی سمجھ ہونا اشد ضروری ہے۔ اسے سوسائٹی کا اسٹرکچر لازمی سمجھنا چاہیے۔ قرآن پاک کو پڑھنا نہ صرف آپ کو روحانی طاقت دیتا ہے بلکہ اس انسان کو بے پناہ ذہانت بھی ملتی ہے قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے ”قرآن کا سرچشمہ ہمارا وہ علم ہے جو ہر قانون کی اصل بنیاد ہے وہ بڑا ہی بلند مرتبہ اور مٹی بر حکمت ہے“ ۴۳/۴ پھر یہ بھی لکھا ہے ”یہ اس کتاب کے قوانین ہیں جو حکمت و دانش سے لبریز ہے“ ۱۰/۱

ذہانت میں پیدائشی ذہانت، اچھی ٹریننگ (اچھی سکولنگ، والدین کی ٹریننگ اور اچھا ماحول) کی اہمیت اپنی جگہ پر ہے مگر اصل ذہانت روح کی ذہانت ہوتی ہے۔

میری ریسرچ میں ہر بار یہی آیا ہے کہ سب بڑے لوگوں میں یہ روح کی ذہانت موجود تھی یا کسی بڑے روحانی انسان کا اثر یا دعا اس کے ساتھ تھی۔

اس روح کی ذہانت کو ہماری ادبی زبان میں چودہ طبق روشن ہونا بھی کہتے ہیں۔

جس انسان میں بھی روحانی صلاحیت جاگنے لگ پڑتی ہے وہ بہت ذہین ہونے لگ پڑتا ہے چاہے اس کی تعلیمی اہمیت بالکل صفر ہی کیوں نہ ہو۔ زیادہ کامیاب روحانی انسان کائنات میں موجود اجتماعی لاشعور سے بھی مطلوبہ معلومات حاصل کر لیتا ہے۔ اسے آپ علم لدونی بھی کہہ سکتے ہیں۔ اس اجتماعی لاشعور میں آج تک سوچی گئی ہر بات، ہر معلومات اور ہر تحقیق شامل ہے۔

یہ انرجی جاگنا انسان کے جسم و ذہن کو بے پناہ اور نہ تھکنے والی انرجی بھی دیتا ہے۔ روح کے اندر یہ بے پناہ توانائی بھی موجود ہے جب یہ توانائی جاگنے لگ پڑتی ہے تو انسان کا جسم بہت کم ہی تھکتا ہے پھر اس کا ذہن بھی عام لوگوں سے بہت زیادہ طاقتور ہو جاتا ہے۔ یہی طاقتور ذہن بہت سی معلومات (چاہے وہ انہیں پڑھ کر حاصل کرے یا سن کر) میں سے چھان کر اصل نتیجہ اخذ کر لیا کرتا ہے۔ عام ذہن ایسا نہیں کر پاتا۔ بہت زیادہ پڑھے لکھے لوگ بھی اس انرجی کی عدم موجودگی میں اپنی پڑھے ہوئے علم کا صحیح استعمال نہیں کر سکتے اور عموماً تخلیقی ذہن کے مالک (کریٹو) نہیں ہوا کرتے۔

روحانی صلاحیت والا انسان نہ صرف ہر قسم کی مطلوبہ معلومات کہ ذہن کی مدد سے کشش کر لیتا ہے (اس میں اسے با آسانی ایسے فرد یا کتاب مل جاتی ہے جس میں مطلوبہ مواد ہے) بلکہ اس کے ذہن میں عجیب و غریب طریقے سے بوقت ضرورت اہم معلومات آجایا کرتی ہیں۔ یہ ایک عام فہم بات ہے کہ ہر شخص جب توانائی سے بھرا ہوا اور فریش ہوتا ہے تو بڑا حاضر دماغ اور پر مزاج ہوتا ہے اور کم انرجی کے وقت اکثر بالکل پنکچر سا ہو کر بیٹھ جاتا ہے۔

اسی طرح زیادہ روحانی انرجی آپ کو حاضر دماغی دینے کے علاوہ آپ کو نہ ختم ہونے والی اور بہت زیادہ ذہنی طاقت بھی دیتی ہے زیادہ ذہنی طاقت اور سٹیمنا رکھنے والے لوگ بھی بہت زیادہ ذہانت کے مالک ہوتے ہیں۔ یہ لوگ گھنٹوں کسی ایک چیز یا مسئلے پر محنت اور غور و فکر با آسانی کر لیتے ہیں۔ ایک اور یہ بھی حقیقت ہے کہ اگر کسی ایک بات یا مسئلے پر خاصی دیر غور کیا جائے تو پھر اسکے پیچھے چھپے ہوئے امکانات بھی نظر آنے لگ پڑتے ہیں۔ اسے علاوہ زیادہ ذہنی توانائی میں



انسان کا ناتی دماغ (Unconscious Collective) سے بھی سوچیں، انرجی اور کشف لے لیتا ہے ہر بڑے موجد نے بذریعہ کشف (Intution) ہی چیزیں ایجاد کی تھیں اس لئے اونچے درجے کی ذہانت روح کی ذہانت ہی ہوتی ہے۔

## کتابی علم اور شعور

ایک دن میری اپنے بڑے بھائی کرٹل (ر) ظفر اقبال سے ان کی حالیہ کنسٹرکشن کمپنی پر بات ہو رہی تھی۔ وہ اپنے راج اور مستریوں کے بارے میں بتا رہے تھے اور ان کا یورپ کے ہم پیشہ لوگوں سے تقابل کر رہے تھے۔ ان کے کہنے کے مطابق ہمارے مستری نے جو کچھ اپنے باپ سے سیکھا اور اس کے باپ نے اپنے باپ سے سیکھا۔ ہمارا مستری اس چیز کو اپنے باپ سے سیکھ کر پھر اپنے تجربے سے سیکھتا ہے۔ جبکہ یورپ کے مستری کو پہلے ساری دنیا میں کیے گئے دس ہزار سال پر محیط تجربات کا علم پڑھایا جاتا ہے، پھر اسکے بعد وہ اپنی عقل استعمال کرتا ہے۔ مثلاً اگر وہ مکان بنائے گا تو اس کی زمین کی تختی جانچ کر اس کی گہرائی کی بنیاد رکھے گا، پھر اسے میٹرل کی مقدار کا پورا پتہ ہوگا، ہوا میں نمی کا تناسب یا جو بھی موسم ہو اس کی بنیاد پر سب کچھ تعمیر کرے گا۔ اسے استعمال ہونے والے میٹرل کی کوالٹی کا پتہ ہوگا۔ ہمارا مستری ہو سکتا ہے اس سے زیادہ تخلیقی ذہن والا (Creative) ہو مگر مغربی مستری نے پوری کنسٹرکشن کی تاریخ کا علم پڑھا ہوا ہے، انسان نے اس موضوع پر جو بھی کامیاب تجربات کیے ہیں وہ انہیں پڑھا ہوا ہے۔

میں ظفر بھائی کی اس بات کی پوری تائید کرتا ہوں۔ تاریخ میں انسان نے جو بھی تجربات کیے، جو بھی سبق حاصل کیے انہیں کتابی شکل میں جمع کیا گیا۔ جس جس شعبے سے متعلقہ علم تھا اسی شعبے کی کتابوں میں داخل کر دیا گیا۔ پھر ماڈرن دور میں مغربی ملکوں کے تعلیم کے ماہرین نے کام کی ہر چیز اپنے شعبے کی تعلیم میں داخل کر لی۔ دنیا میں سب ہی نظام تعلیم اسی اصول اور تجربات پر بنے ہیں۔

ہمارے ملک میں ماہرین تعلیم نے اس مسئلے پر ماضی میں خاصی نااہلی کا مظاہرہ کیا ہے۔ حالانکہ تعلیم ہی کسی ملک کی ترقی میں ریڑھ کی ہڈی کی حیثیت رکھتی ہے۔



ہمارے ملک میں تعلیم کا تصور یہی لیا جاتا ہے کہ اسے پڑھ کر انسان کسی جگہ کلرک لگ جائے یا مزید پڑھ کر ڈاکٹر یا انجینئر بن جائے۔ جبکہ حقیقت میں تعلیم کا بنیادی مقصد زندگی کو آسانی اور بہتر طریقے سے گزارنا اور معاشرے میں انسان کا مثبت کردار ادا کرنا سکھانا ہونا چاہیے۔ اس کا مقصد نئے ماحول میں راستہ بنانا، خود کو نئے ماحول میں ایڈجسٹ کرنا سیکھنا، قوت فیصلہ سیکھنا، خوش رہنا سیکھنا (جس کی بنیاد مثبت سوچ ہوتی ہے) اور تخلیقی صلاحیتیں استعمال کرنا سیکھنا ہونا چاہیے۔ اور اونچے درجے کی تعلیم میں سوچنے کا آرٹ سیکھنا اور صحیح قسم کی فلاسفی تعلیم کا لازمی جزو ہونی چاہیے۔

آپ کے شعبے میں ماضی میں حاصل کیے گئے تجربات سیکھنا اور یاد رکھنا، آپ کے ڈپلوے پھر آپ کو کام حاصل کرنے میں مدد تو دے گا مگر یہ چیزیں شعور نہیں ہیں۔

شعور وہ چیز ہے جو اچھے برے کی تمیز بتاتی ہے۔ پھر یہ بتاتی ہے کہ زندگی میں انسان کی اولیت کیا ہے موجودہ بتائے گئے علم میں کارآمد حصہ کونسا ہے دوسرے نمبر پر کونسا اور کم اہم اور بیکار کونسا ہے۔ شعور ہی بتاتا ہے کہ انسان کو موجودہ حالات و واقعات میں کس چیز کو اولیت دینی چاہیے۔

زندگی کا شعور حاصل کیے بغیر سیاسی شعور کی کوشش کریں گے تو بھٹک جائیں گے اور مذہبی شعور کی کوشش کریں گے تو اسے بھی نہ پاسکیں گے۔ زندگی کا شعور نہیں تو آپ صحت مند بھی نہیں رہ سکتے۔ آپ کے ڈاکٹروں کے پاس چکر ہی نہیں ختم ہونگے۔ یہ شعور نہ ہو تو زندگی میں ہر طرف پھندے ہی پھندے ہیں۔ چاہے آپ کسی پیر کے چکر میں پھنسیں یا کسی ٹھگ کے چنگل میں۔

میرا مسخرہ دوست قلندر یہ کہہ رہا ہے کہ ”شعور ہی یہ بتاتا ہے کہ یہ آدمی تمرا قبال صوفی اس وقت جو بھی بکواس کر رہا ہے اس میں کام کی باتیں کون سی ہیں اور بیکار کونسی؟ یا دوسرے زیادہ تعداد میں اپنے اپنے فقہوں کے عالموں کی طرح آٹھ سچ کے ساتھ دو جھوٹ بھی ضرور شامل کیے

جائیں ورنہ دوکانداری نہیں چلتی۔“ باشعور انسان ہی اچھے برے کی تمیز کر سکتا ہے۔ یہی بات سیکھنا شعور کی بنیاد ہے۔

شعور مل جائے تو پھر انسان کو سیاسی، کاروباری، معاشرتی اور مذہبی شعور آسانی سے اور خود بخود ملنے لگ پڑتا ہے۔



## اکانومی

ماضی میں معاشیات کے چار جزو بتائے جاتے تھے۔

اس میں 1- زمین 2- محنت 3- سرمایہ 4- انتظامیہ

### 1- زمین

اس سے ہی ہر چیز حاصل ہوتی ہے۔ (دین اسلام میں زمین اللہ کی ملکیت ہوتی ہے)

### 2- محنت

زمین پر افرادی محنت کر کے ضرورت کی چیزیں حاصل ہوتی ہیں

### 3- سرمایہ

اس سے پہلے ان چیزوں کا ڈائریکٹ تبادلہ ہوتا تھا اب ان ڈائریکٹ سرمایے کی صورت میں (روپیہ و کرنسی) ہوتا ہے۔

### 4- انتظامیہ

سب کو چلانے کے لیے انتظامیہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ قلندر یہاں مشورہ دے رہا ہے کہ پاکستان سے اس چوتھی شے یعنی انتظامیہ کو غائب کر دو تو پھر ہمارا ملک بڑے سکون میں آجائیگا۔ زمین سے حاصل کردہ کسی بھی چیز کو دوسری قیمتی چیز میں تبدیل کر لینا مینوفیکچرنگ کہلاتا ہے۔ سائنس کی ترقی اس میں پوری طرح مدد کرتی ہے۔ مغرب مینوفیکچرنگ کے شعبے میں بڑا آگے نکل گیا تھا مگر اب پھر وہاں سے مینوفیکچرنگ جاپان منتقل ہوئی، پھر جاپان کا زور توڑنے کیلئے امریکہ نے کوریا کو ترقی دلوائی مگر آخر کار مینوفیکچرنگ چین اور کسی حد تک انڈیا کے ہتھے چڑھ گئی۔

اب چین کی سستی مینوفیکچرنگ کا مقابلہ کرنا مغرب کے بس سے باہر ہو چکا ہے۔ میری 2003 میں ہالینڈ میں ایک ایسے شخص سے بات ہوئی جو دنیا میں مختلف ممالک سے چیزیں تیار کرواتا تھا۔ اس نے بتایا کہ ہالینڈ میں ہم جو ایک مزدور کو تنخواہ دیتے ہیں اس رقم میں ہم پاکستان میں 89 انڈیا میں 95 اور چین میں 130 افراد کو ملازم رکھ سکتے ہیں اور ایک اور ملک ویتنام میں یہ تعداد 170 ہے۔

پھر چین میں مزدوروں کی یونین سازی نہیں ہے، اگر آپ 500 افراد کو بھی نوکری سے چھٹی دے دیتے ہیں تو وہاں انتظامیہ مزید 500 افراد کو آپ کے پاس لے آتی ہے۔ کہ آپ ان نئے افراد کو رکھ لیں یا چاہیں تو اپنی مرضی کے بندے کہیں اور سے لے لیں۔ پھر چین سستی بجلی بھی مہیا کرتا ہے اور مشین سازی کے دور میں بھی داخل ہو چکا ہے۔ چین میں دراصل اکانومی کو حکومت بڑے آرگنائز طریقے سے کنٹرول کر رہی ہے۔

مغرب میں اب امریکہ چین سے صرف ایڈوانس قسم کے لڑاکا یا خلائی ٹیکنالوجی میں آگے ہے، مغرب والے اپنی مہنگی مزدوری کی وجہ سے سستے لیول کی مینوفیکچرنگ سے بالکل فارغ ہو چکے ہیں اور اب وہ اپنی ستر فیصد سے زیادہ آمدنی سروسز (بینکنگ، سیاحت، ہوٹلنگ، بارز، ایئر لائنز، شپنگ کمپنیاں وغیرہ) سے لے رہے ہیں۔

پہلے یہ ملک تیسری دنیا کے ممالک سے خام مال خرید کر انہیں مینوفیکچرنگ کر کے انہی ملکوں کو مہنگے داموں واپس دیتے تھے جیسے انیسویں صدی میں انڈیا سے کپاس جاتی تھی پھر انگلینڈ میں کپڑے بن کر واپس بیسیوں گنا قیمت پر بیچا جاتا تھا۔ اسی طرح اور بھی بی شمار چیزیں وہاں سے آتی تھیں۔

پھر یہ تیسری دنیا کے ممالک کچھ ہوشیار ہو گئے اور وہ خود مشینیں خرید کر کپڑے بنانے لگ پڑے تو مغرب کے ممالک مشینیں انہیں بیچنے لگے۔ یعنی مشین سازی کرنے لگ پڑے۔ 1980 کی دہائی میں ایشیاء میں جاپان اور چین بھی مشین سازی پر اتر آئے۔



مغرب کے ملکوں کیلئے سستی قسم کی ٹیکنالوجی (الیکٹرونکس و عام کمپیوٹر وغیرہ) میں چین کا مقابلہ کرنا مغرب کی مہنگی لبر کی وجہ سے ناممکن ہے اس لیے وہ زیادہ مہنگی مینوفیکچرنگ میں چلے گئے۔ جیسے جہاز اور ایئر پیس ٹیکنالوجی ہے۔

لیکن چین اب ہر قسم کی پیسے کی دوڑ میں امریکہ کا پتا کاٹ رہا ہے، میرا ایک دوست مجھے چین کا پلان بتا رہا تھا کہ 2012ء میں امریکہ کی سب فیکٹریوں پر تالے پڑ چکے ہونگے اور وہ تالے بھی چائنہ کے ہونگے۔

امریکہ چین کا تیل بند کرنے ہی اور اپنے ون ورلڈ آرڈر پر عمل کرنے کیلئے ہی عراق اور افغانستان میں آیا ہے اور جب یہاں سے نکلے گا تو چند ہی سال میں پہلے معاشی بحران اور دوسری آفات کا شکار ہو کر ٹکڑے ٹکڑے ہو جائے گا۔

اندرونی اور بیرونی ملا کر امریکہ پر اس وقت 90 ٹریلین ڈالر کے قریب قرضے ہیں۔ جبکہ پوری دنیا میں موجود ساری کرنسی کی مالیت 35 ٹریلین ڈالر سے بھی کم ہے۔ امریکہ میں موجود سب چیزوں کی مالیت 40 ٹریلین ڈالر کے قریب ہے۔ گو جب وہ انہیں بیچنے جائیں گے تو انہیں اسکا بمشکل 25 فیصد ہی ملے گا۔

بہر حال مغرب کے ملک اب مینوفیکچرنگ کے عمل سے کافی حد تک نکل چکے ہیں۔ ان میں اب قابل ذکر حد تک چیزیں مندرجہ ذیل ہیں۔

اب اٹلی مردانہ کپڑوں میں، فرانس زنانہ فیشن، خوشبوؤں اور وائن وغیرہ میں، سکاٹ لینڈ شراب میں، جرمنی کسی حد تک کمپیوٹر اور مشینری میں، سویڈن والے جہاز سازی میں، ڈنمارک ونڈل کی بجلی میں اور ہالینڈ والے ادویات وغیرہ میں کچھ کام کر رہے ہیں۔

اس کے علاوہ تیل کے کاروبار مغربی ملکوں کے قبضے میں ہیں۔ IT امریکہ کے قبضے میں

مینوفیکچرنگ میں مغرب کا مستقبل خاصا تاریک ہے ان کی اکانومی بہت حد تک سروسز

اور بینکوں پر ہی چل رہی ہے۔ خصوصاً انگلینڈ والے انٹرنیشنل بینکنگ میں خاصے ایڈوائس ہیں۔ دنیا میں امریکہ کے بعد وہ دوسرے نمبر پر ہیں۔

2001ء میں ایک رپورٹ شائع کی گئی تھی جس میں دنیا کے پانچ سب سے بڑے بینکوں کے اثاثے (Assets) بتائے گئے تھے۔ ان میں شی بینک آف امریکہ نمبر ون تھا۔ باقی چار میں تین امریکی اور ایک برٹش بینک تھا۔ 2001ء میں ان بینکوں کے کل اثاثے پانچ ہزار ارب ڈالر تھے جبکہ 2006ء کے آخر میں یہ اثاثے پانچ گنا کم یعنی ایک ہزار ارب ڈالر (ایک ٹریلین ڈالر) رہ گئے تھے۔

اس میں شی بینک آف امریکہ کا ایک مین شیئر ہولڈر سعودی عرب کا شہزادہ ولید بن طلال ہے۔ اس شی بینک کے اثاثے 2001ء میں 1500 ارب ڈالر تھے۔ جو 2006ء کی آفیشل رپورٹ میں 275 ارب ڈالر بتائے گئے تھے۔ یعنی کوئی 22 فیصد رہ گئے تھے۔

سعودی عرب والوں کو تو کوئی اس سے خاص فرق نہیں پڑا مگر امریکہ والوں کی جیبیں خالی ہو چکی ہیں۔ وہ UNO سے لیے گئے قرضے بھی کئی سال سے ادا نہیں کر رہا ہے۔ ان کی دنیا کی سب سے بڑی فنانشل فرم اب 2008ء میں ساتویں نمبر پر آ چکی ہے۔ اب پہلے نمبر پر چین کی ایک لیزنگ کارپوریشن ہے۔ (یہ کتاب امریکہ کے آخر 2008 کے مالیاتی بحران سے کوئی دو مہینے پہلے چھپنے کیلئے دی گئی تھی مگر محض کاہلی کی وجہ سے مالیاتی بحران کے بعد منظر عام پر آئی)۔

اگر آپ کاروبار کرنا چاہتے ہیں تو اس میں سب سے پہلے آپ کو یہ یقین ہونا چاہیے کہ آپ اتنی رقم کمانے کے قابل ہیں پھر سرمایہ ہونے کے علاوہ چھ چیزیں بہت اہم ہوتی ہیں اس میں پہلی چیز ڈیمانڈ اور سپلائی کا اصول ہے کہ وہی چیز آپ بیچ سکتے ہیں جس کی ضرورت ہو صحرا میں آپ سے کوئی ریت تو نہیں خریدے گا۔

دوسرے نمبر پر عملی تجربہ ہے عملی تجربے کے بغیر ذہین شخص بھی کاروبار میں فیل ہو جاتا



تیسرے نمبر پر اچھی جگہ ہے۔ یعنی پیسہ وہاں کمایا جاتا ہے جہاں پر زیادہ ہو۔ یعنی بڑے شہروں اور امیر ملکوں میں زیادہ ہوتا ہے۔ پھر اچھی لوکیشن پر کاروبار ہو۔

چوتھے نمبر پر آپ کے پاس موجود سرمایہ ہے۔

پانچویں چیز ایمانداری اور سادگی ہے۔ جس کی مدد سے آپ دوسروں کا (یا بینکوں) پیسہ بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ اصل کاروبار سے ہی کہتے ہیں۔

چھٹی چیز محنت ہے۔ آپ نے سب کچھ چھوڑ کر اسی ایک کام کے پیچھے پڑ جانا ہے اور دوسروں سے زیادہ محنت کرنی ہے۔ جو بھی ایک کام کے پیچھے پڑ جائے وہ کامیاب ہو ہی جاتا ہے۔ اوپر بیان کردہ چیزوں پر جو بھی عمل کرے گا اس کی کامیابی تقریباً یقینی ہے مگر میں یہاں پر ایک سب سے اہم چیز Optimism (پرامید ذہن، مثبت اور Optimistic سوچ) کا ذکر کرنا چاہتا ہوں کہ یہ نہ ہو تو اوپر بیان کردہ سب کی سب اہم چیزیں بھی بیکار اور مٹی کا ڈھیر بن جائیں گی۔ اگر یہ سوچ ختم ہو جائے تو آپ کو چاہیے دنیا کا بہترین اور کامیاب ترین کاروبار بھی دے دیا جائے تو کچھ عرصے کے بعد ہی یہ نقصان میں چلا جائے گا۔

یہاں سوچنے کی بات یہ بھی ہے کہ ہمارے ملک میں جو لوگ جادو وغیرہ کے وہم میں مبتلا ہیں اس وہم کا سب سے پہلا شکار بھی یہ سوچ ہوتی ہے اس پر ہم پُر امید چھوڑ کر ناامیدی کا شکار ہو جاتے ہیں۔ ترقی اور آگے بڑھنے کی سوچ کو چھوڑ کر ناامیدی اور مایوسی کی سوچ پکڑ لیتے ہیں پھر ناکامی ہی ہمارا نصیب ہوتی ہے۔

اس پرامیدی اور کامیابی کی سوچ (Optimistic سوچ) کو کسی بھی حالت میں نہ چھوڑا جائے یہ ہی کاروبار میں اہم ترین چیز ہے۔

پانچویں چیز ایمانداری اور سادگی ہے۔ جس کی مدد سے آپ دوسروں کا (یا بینکوں) پیسہ بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ اصل کاروبار سے ہی کہتے ہیں۔

چھٹی چیز محنت ہے۔ آپ نے سب کچھ چھوڑ کر اسی ایک کام کے پیچھے پڑ جانا ہے اور دوسروں سے زیادہ محنت کرنی ہے۔ جو بھی ایک کام کے پیچھے پڑ جائے وہ کامیاب ہو ہی جاتا ہے۔ اوپر بیان کردہ چیزوں پر جو بھی عمل کرے گا اس کی کامیابی تقریباً یقینی ہے مگر میں یہاں پر ایک سب سے اہم چیز Optimism (پرامید ذہن، مثبت اور Optimistic سوچ) کا ذکر کرنا چاہتا ہوں کہ یہ نہ ہو تو اوپر بیان کردہ سب کی سب اہم چیزیں بھی بیکار اور مٹی کا ڈھیر بن جائیں گی۔ اگر یہ سوچ ختم ہو جائے تو آپ کو چاہیے دنیا کا بہترین اور کامیاب ترین کاروبار بھی دے دیا جائے تو کچھ عرصے کے بعد ہی یہ نقصان میں چلا جائے گا۔

## مکافات عمل

ہر مذہب میں اعمال کی جزا و سزا کا تصور کیا گیا ہے برصغیر میں مسلمان اسے مکافات عمل اور ہنود اسے کرما کہتے ہیں۔

ہمارے عقیدے میں جو چھوٹی سے چھوٹی اچھائی آپ کسی سے کرتے ہیں اس کا بدلہ آپ کو آخرت میں تو ملے گا ہی مگر اس دنیا میں بھی اس کا فائدہ ملے گا اور جو چھوٹی سے چھوٹی برائی آپ کرتے ہیں اس کا بدلہ بھی آپ دنیا میں ہی پالیں گے۔ اور اگر آپ کسی طرح اس دنیا میں سزا سے بچ گئے تو آخرت میں اس کی سزا ضرور پائیں گے۔

اس اصول کو توڑنا ناممکن ہے۔

دنیا میں اکثر دیکھنے میں آیا ہے کہ غلط کام اور غلط کمائی کرنے والے کچھ عرصے بعد ہی اپنی کمائی سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں یا دوسری بیماریوں، پریشانیوں یا ذہنی الجھنوں کا مستقل طور پر شکار ہو جاتے ہیں۔

آخر کار اس کی کوئی وجہ تو ہوگی۔ نفسیات دان اس کا جواب دینے کی کوشش کرتے ہیں مگر ان کے جواب دلچسپ ہیں وہ ضمیر (Super Ego) کی بات کرتے ہیں۔ بیسویں صدی کا مشہور نفسیات دان سگمنڈ فروئڈ یہ کہتا ہے کہ ضمیر بنیادی طور پر سوشل پراڈکٹ ہے۔ یعنی لوگ جس کھچر میں بھی رہتے ہوں اس کی اخلاقیات کے مطابق ان کا ضمیر کام کرتا ہے۔ مثلاً انڈیا میں سڑحوں اٹھا رہو میں موجود ٹھگ (جو مسافروں کو قتل کر کے لوٹتے تھے) پر ضمیر کی سزا کا اطلاق کم ہی دیکھا گیا تھا۔ مگر سگمنڈ فروئڈ کا مشہور شاگرد سی۔ جی۔ یونگ کہتا ہے کہ ضمیر ابتدائی طور پر اجتماعی لاشعور کا حصہ ہے۔ اجتماعی لاشعور کی تفصیل میں پچھلے باب ”انفرادی و اجتماعی ذہن اور روح“ میں بیان کر چکا ہوں۔ اجتماعی لاشعور کی اخلاقیات عام انسانی اخلاقیات ہیں۔ اس لئے



ضمیر اچھائیوں پر عمل اور برائیوں سے پرہیز کرتا ہے۔

یونگ کا نظریہ مذاہب و دین کے نظریوں کے قریب ترین ہے۔ میرے خیال میں بھی یہی صحیح نظریہ ہے۔

مکافات عمل کا یہ اصول آپ کی روح پر لکھا ہوا ہے اور ہم سب کی رو میں آپس میں ملی ہوئی ہیں۔ اس لیے جو بھی نیکی آپ کسی کے ساتھ کرتے ہیں وہ خود کے ساتھ کرتے ہیں۔ اور جو بھی برائی آپ کسی کے ساتھ کرتے ہیں وہ خود سے کرتے ہیں۔ مجھے جب بھی کوئی واقعہ یا مسئلہ نظر آتا ہے میں اس کی پوشیدہ وجوہات پر اکثر غور کرتا ہوں مجھے تقریباً ہر معاملے میں عمل اور رد عمل کا قانون نظر آتا ہے مثلاً آج سے چند سال پہلے ہالینڈ کے دیمین شہر میں ایک پاکستانی لڑکا ٹرین کے نیچے آکر وفات پا گیا یہ ایک کھلا پھانگ تھا مگر اسے آتی ہوئی ٹرین نظر نہیں آئی تھی جب میں نے یہ سنا تو سب لوگوں کو کہا کہ اس کی کوئی خاص وجہ ہے اسے یا اس کی فیملی والوں کو کسی چیز کی سزا ملی ہے۔

کچھ وقت کے بعد پتہ چلا کہ اس کے آبائی علاقہ میں اس کے بھائی نے ایک چھٹی پر آئے ہوئے فوجی کو کسی معمولی بات پر قتل کر دیا تھا۔ پھر اس کے باپ نے مقتول کے جسم کو کھینچ کر اپنے گھر میں ڈالا تھا۔ تاکہ مقتول پر کچھ الزام دیا جاسکے۔

اس قتل کا مقدمہ کافی دن چلتا رہا تھا۔ دیمین میں رہنے والا لڑکا ہی اپنے گھر والوں کو روپیہ پیسہ بھیجا کرتا تھا۔ وہ خود ہالینڈ میں غیر قانونی طور پر مقیم تھا مگر ہر روز 12/14 گھنٹے کام کر گھر والوں کو ہر ماہ بڑی رقم بھیجا کرتا تھا۔ اس قتل کے مقدمے میں بھی اس کا 20/25 لاکھ روپے خرچہ آیا تھا۔ گو پھر انہوں نے مرنے والے کے گھر والوں کو 10/12 لاکھ روپے دے کر صلح کر لی تھی۔ مگر اس مرنے والے کی ماں گاؤں میں جھولی پھیلا پھیلا کر انہیں بد دعائیں دیتی تھی۔ اور قتل کرنے والے کی ماں کو کہتی تھی کہ ”تہہ رابھی بیٹا مرے“ ان بد دعاؤں کے چند ماہ کے بعد ہی ان کا کفالت کرنے والا اور جوان بیٹا حادثے کا شکار ہو کر جان دے بیٹھا۔ عجیب بات یہ تھی کہ اسے آتی

ہوئی ٹرین نظر ہی نہیں آئی تھی۔

اسی طرح اگر میں کسی کو بیمار یا پریشان دیکھتا ہوں تو اس کی وجہ اکثر یہ ہوتی ہے کہ وہ کسی کے ساتھ ظلم زیادتی کر رہا ہوتا ہے جیسے ساس بہو کے ساتھ، بہوندوں کے ساتھ، یا ندیں بہو کے ساتھ اسی طرح بڑے بھائی چھوٹوں کے ساتھ، یا چھوٹے بڑوں کے ساتھ لگاؤ ظلم و زیادتی کر رہے ہوتے ہیں۔ اکثر اسی وجہ سے گھر میں بیماری اور پریشانی رہا کرتی ہے۔ ان زیادتیوں سے توبہ کریں تو پھر ہی وہ ان پریشانیوں، بیماریوں سے باہر آئیں گے ہو سکتا ہے کہ آپ کے مالی حالات کی خرابی کے پیچھے بھی ایسی ہی وجوہات کا ہاتھ ہو۔



## کمانا ایک فن بچانا چار فن

2004ء کی بات ہے۔ ایسٹرنڈیم میں مجھے کسی نا بچرین (افریقہ کے باشندے) نے فون کیا اور کسی کاروباری مقصد کیلئے ملنے کا وقت مانگا۔ شام وقت مقررہ پر تین لمبے چوڑے بڑے قیمتی سوٹوں میں ملبوس نا بچرین کالے مجھے ملنے کیلئے آئے۔ وہ ایک نئی مرسدیز 500 میں آئے تھے۔

اس وقت میری دوکان بند ہو رہی تھی میں ان کے ساتھ دوکان کے اندر ہی بیٹھ گیا۔ ان بندوں نے مجھے 100 ڈالر کے نوٹ کا پی کر کے ڈبل کرنے کی ترکیب بتائی اس میں انہوں نے دو سانچے سے لیکر اس میں ایک طرف اصلی نوٹ رکھے، پھر دوسری طرف سفید سے کاغذ رکھ کر سانچوں کے بیچ کس دیئے۔ پھر مجھے آدھا گھنٹہ انتظار کرنے کو کہا۔

آدھے گھنٹے کے بعد مجھ سے ایک بڑا ٹرے نما برتن مانگا جو میں نے اوپر فلیٹ سے لا کر دے دیا۔ انہوں نے سانچے میں کسے ہوئے سفید کاغذ ایک کیمیکل سے دھونے شروع کر دیئے۔ نیچے سے سو سو ڈالر کے دونوٹ نکال کر مجھے دے دیئے اور کہنے لگے ”انہیں بنک سے چیک کرواؤ۔ کل اگر تم چاہو تو ہم تمہیں پچاس فیصد رقم دے کر تمہیں دو گئے پیسے دے دیں گے۔ لیکن تم نے کم از کم دو لاکھ ڈالر خریدنے ہو گئے۔“

میں اس فراڈ سے پہلے ہی واقف تھا کہ سانچوں میں جو سفید کاغذ کسے گئے تھے دراصل وہ کچے رنگ سے پینٹ کیے ہوئے اصلی ڈالر تھے۔ کچا رنگ اس کیمیکل سے دھونے کے بعد اندر سے اصلی ڈالر برآمد ہو گئے تھے۔

وہ اس کیمیکل کے بجائے سادہ پانی سے دھو کر بھی نکالے جاسکتے تھے۔

انہیں پریشان کرنے کیلئے میں نے نوٹ لیکر غور سے دیکھا پھر ان نوٹوں کے نمبروں کو

لیکر دوسری طرف سانچوں میں لگے ہوئے اصل نوٹوں کے نمبروں سے ملایا تو وہ علیحدہ نمبر تھے۔ میں نے ان سے سنجیدہ لہجے میں مذاق کرتے ہوئے کہا: ”اگر تم مجھے ایک ہی نمبر کے نوٹ بنا کر دو تب تو میں تم سے خرید لوں گا یہاں نمبر پرنٹ کیوں ہیں۔“ وہ لوگ میرا مذاق نہ سمجھے اور اپنی کہانیاں بیان کرنے لگے کہ یہ نوٹ اقوام متحدہ والوں نے افریقہ کی جنگ اور غربت میں پھنسے ہوئے لوگوں کیلئے امداد میں دیئے ہیں۔ اور یہ ہمارے ہتھے لگ گئے ہم انہیں خرچ نہیں کر سکتے کیونکہ پولیس ہمیں ٹریس کر لے گی تم انہیں خرید لو لیکن کم از کم دو لاکھ ڈالر لیکر آدھی قیمت پر بیچیں گے۔“

یعنی ان کا پروگرام مجھ سے ایک لاکھ ڈالر لیکر بہت سارے سفید کاغذ دینے کا تھا۔ جو میں دھو کر نئے ڈالروں میں تبدیل کر سکتا تھا۔ اس وقت تک رات کے 12 بج چکے تھے میں دوکان میں اکیلا تھا۔ اس لیے ان تین بٹے کئے مشنڈوں سے الجھنے کے بجائے دونوٹ ان سے لے لیے اور انہیں دوسرے دن ملنے کو کہا۔ اب وہ کالے کہنے لگے ”ہم لیٹ ہو چکے ہیں بلیجیم سے آئے ہیں ہم اپنے کریڈٹ کارڈز سے رقم نہیں لے سکتے تم ہمیں تین سو یورو (کل چار سو ڈالر) ادھار دے دو ہم تمہیں بعد میں واپس کر دیں گے۔“

میں نے انہیں کہا ”دوکان بند ہو چکی ہے میری جیب میں اس وقت دس یورو ہیں وہ لے لو میں بھی اس وقت بینک سے پیسے نہیں لے سکتا۔“ وہ چلے گئے، دوسرے دن انہوں نے فون کیا تو میں نے انہیں خوب سنا میں اور کہا کہ اگر وہ مجھے میری دوکان کے قریب بھی نظر آئے تو میں ان کی ٹانگیں تڑا دوں گا وغیرہ وغیرہ۔ وہ کالے یہ سن کر خاموش ہو گئے کہ وہ مجھے دیکھ چکے تھے کہ میں جسمانی و ذہنی طور پر ان سے بہت زیادہ مضبوط ہوں اور وہ مجھے ڈرا نہیں سکتے۔

چند ہفتوں کے بعد میری اسی موضوع پر ایک پاکستانی دوست رانا سے بات ہوئی تو وہ یہ سن کر زور زور سے ہنسنے لگ پڑا۔



پھر کہنے لگا ”یہ نائیجیرین لوگوں کا ایک بہت بڑا گینگ ہے جس میں سینکڑوں لوگ شامل ہیں۔ یہ ساری دنیا میں ہر قسم کے فراڈ کرتے ہیں جن میں ایک آپ کے ساتھ ٹرائی کیا گیا تھا۔ بلکہ اگر کوئی ان کے اس نوٹ دو گنے کرنے کے چکر میں پھنس جاتا ہے تو وہ نہ صرف اس کی رقم لیکر فرو چکر ہو جاتے ہیں بلکہ انکے چیلے چائے اس پھنسنے والے شکار کو جواب یہ سفید کاغذ لیکر بیٹھا ہے یہ کہانی سناتے ہیں کہ اگر وہ ان سے یہ خاص کیمیکل پچاس ہزار ڈالر میں خرید لیں تو اس کے سفید کاغذ واقعی ڈالروں میں تبدیل ہو جائیں گے۔

پھر وہ اس سے مزید پچاس ہزار ڈالر لیکر اس کے حوالے ایک ایسی بوتل کر دیتے ہیں جو اس نے جھٹکے بغیر احتیاط سے رکھنی ہے۔

اس بوتل سے دوسرے دن اپنے کاغذ دھو کر ڈالروں میں تبدیل کرنے ہیں۔ اور پھر جتنی بھی احتیاط سے رکھو اس بوتل میں ایک ایسا کیمیکل ڈالا جاتا ہے کہ وہ رات کو ضرور پھٹ جاتی ہے۔

وہ کالے ایمسٹرڈیم میں ایک انڈین ہندو کو دو مرتبہ ایسی بوتلیں دے چکے ہیں جو دونوں بار پھٹ گئی تھیں حالانکہ دوسری بار اس نے انتہائی احتیاط سے کام لیا تھا۔

خود میں بھی ان فراڈیے گروپوں کا کچھ نہ کچھ واقف تھا بلکہ میری ٹیلی فون شاپ پر کئی بار ان کے ایسے فیکس وصول کر چکا تھا جس میں میرا نام اور ایڈریس لکھ کر یہ بتایا گیا تھا کہ اسپین میں سماجی بہبود کے ایک ادارے نے ایسی لاٹری شروع کی ہے جس میں کسی بھی شخص کا انعام نکل سکتا ہے اور مبارک ہو اور یہ تمہاری بڑی خوش قسمتی ہے کہ تمہارے نام تین لاکھ یورو کا انعام نکل آیا ہے۔ اور تمہیں اسپین میں فلاں نمبر پر رابطہ کر کے یہ رقم وصول کر لینی چاہیے۔

اگر کوئی اس چکر میں آکر نہیں فون کرتا ہے تو وہاں سے آگے کوئی فون پر بیٹھا ہوا اڈیا تھوڑی دیر ”بات چیت“ کے بعد انہیں مبارک دیتا ہے کہ واقعی ان کا انعام نکل آیا ہے صرف انہیں اپنے بینک کا نمبر دے دیں اور پانچ سو یورو کی رقم اس تین لاکھ بھیجنے کے خرچے کے طور پر انہیں

فلاں نام پر بذریعہ ”منی ٹرانسفر“ سے بھیج دیں۔

وہ پھنسا ہوا غریب جب پانچ سو یورو کی رقم بھیجتا ہے تو پھر اسے اس فون پر چند دن کے بعد یہ بتایا جاتا ہے کہ وہ رقم انہیں نہیں ملی اور وہ مزید پانچ سو یورو کسی اور نام پر بھیج دیں۔ اور اگر وہ یہ پانچ سو یورو بھیج دیتا ہے تو چند دن کے بعد وہ فون کٹ چکا ہوتا ہے۔

اب اگر پولیس میں رپورٹ کرائیں تو آپ کچھ بھی نہ وصول کر پائیں گے بلکہ وقت کا ضیاع مفت میں ہوگا۔

ایسے بے شمار پیغام پاکستان میں بھی لوگوں کو مل چکے ہیں۔ ایک دفعہ میرے ایک دوست میاں طاہر نے اپنے ایک ملنے والے سے لاہور میں بات کروائی جو یہ پانچ سو یورو بھیجنے کو تیار بیٹھا تھا۔ باوجود طاہر صاحب کے سمجھانے باز نہیں آ رہا تھا۔ جب میں نے اس سے بات کی تو وہ میری بات سن کر بھی نہیں مانا۔ اس پر مجھے یہ کہاوت یاد آئی ”جب تک لالچ زندہ ہے ٹھگوں کو کوئی فکر نہیں“

پھر ان صاحب کو میں نے ایک ایسے واقف سے فون پر بات کروائی جو خود اسی طرح دوسرے ملک کا چکر لگا آیا تھا۔ یہ شخص اپنے پانچ سو یورو تو بچا آیا تھا مگر کرایہ اور اپنے دو دن ضائع کر آیا تھا کہ وہاں پر جو ایڈریس لکھا تھا وہ موجود ہی نہیں تھا۔ اس سے آدھے گھنٹے تک تفصیلی بات چیت کرنے کے بعد وہ لاہور والے صاحب اپنے کروڑ پتی بننے کے ارادے سے بڑی مشکل سے باز آ گئے۔

اس قسم کے سینکڑوں چکر یہ فراڈیے چلاتے رہتے ہیں۔ پاکستان میں یہ گروپ ایک بار گرفتار بھی ہو چکا ہے، ہالینڈ میں بھی ایک بار چھ سو ایسے نائیجیرین باشندے گرفتار کیے گئے جو اربوں ڈالر کے فراڈوں میں لگے ہوئے تھے اور کوئی 200 ملین ڈالر کا فراڈ انٹرنیٹ کے ذریعے کر بھی چکے تھے۔

ان لوگوں کے کام کرنے کا ایک عام طریقہ یہ ہے کہ وہ کسی عام کاروباری یا پیسے والے



آدمی کے پاس آتے ہیں اور اسے کہتے ہیں کہ انہوں نے کوئی دوسو ملین ڈالر کی رقم افریقہ کے جنگ زدہ ملک سری لیون (جہاں ہیروں کی کانیں بھی ہیں) سے منگوانی ہے۔ انہیں کوئی بینک اکاؤنٹ چاہیے جس میں وہ رقم آسکے۔ اور اگر وہ شخص انہیں اپنا بینک اکاؤنٹ دے دے تو وہ اس دوسو ملین ڈالر (پاکستانی چودہ کروڑ روپے) بنتی ہے۔ اگر اس رقم کا سن کروہ شخص تیار ہو جاتا ہے تو وہ اس ”پروگرام“ کو شروع کر دیتے ہیں جس میں اگلے چند دنوں کے اندر اچھے اچھے ریسٹورنٹ اور ہوٹلوں میں کچھ سوئڈ بوئڈ کالوں کو بلوایا جاتا ہے اور جب وہ شخص (یا شکار) پکا ہو جاتا ہے تو اس سے چند دن کے بعد اس رقم کے پہنچنے کا وعدہ کیا جاتا ہے۔ اس وعدے سے دو دن پہلے اس شکار سے ملا جاتا ہے اور اسے بتایا جاتا ہے رقم تو افریقہ سے چل چکی ہے مگر اس بینک کا منیجر کاغذوں کی کوئی غلطی نکال رہا ہے اور اس معاملے کو صحیح کرنے کیلئے تمہیں سات ہزار ڈالر (یا یورو) دینے ہوں گے پھر دو دن میں وہ رقم تمہارے اکاؤنٹ میں ہوگی۔ اس کے بدلے تمہارا حصہ تیس لاکھ ڈالر ہوگا۔

وہ شکار اس وقت تک اس دوران شیخ چلی کی طرح اپنے آنے والے بیس لاکھ ڈالر کو انویسٹ کرنے تک کا پورا پلان کر چکا ہوتا ہے۔ وہ یہ رقم اپنے ہاتھ سے جاتے دیکھنے کا تو سوچنا بھی گوارا نہیں کرتا ہے اور اس وقت کے دوران اسے جن سوئڈ بوئڈ کا ”صاحبوں“ سے ملوایا جاتا ہے ان کا تعارف سری لیون کے نائب وزیر خارجہ وغیرہ کے نام سے کروایا جاتا ہے۔ اور (دوسری بھی ایسی ہی ”اہم ہستیاں“ اس سے مل چکی ہوتی ہیں۔ پھر اس شکار کو اپنا حصہ بھی اب ڈیڑھ گنا ہو کر ملنا ہوتا ہے۔

وہ یہ سات ہزار روپے انہیں ادا کر دیتا ہے۔ اب یہ شکار ان کے دام میں پھنس چکا ہوتا ہے۔ پھر دو دن کے بعد اس شخص کو مزید کوئی بینک اور کاغذوں کو پیچیدگیاں وغیرہ بتائی جاتی ہیں۔ اور اس سے مزید ہزار یورو مانگے جاتے ہیں اور اس کا حصہ پچاس لاکھ ڈالر کر دیا جاتا ہے۔ اور اس دوران کئی اور ضروری ملاقاتیں کروا کر کئی اہم اشخاص سے ملوایا جا چکا ہوتا ہے۔ اب اس شخص کے سات ہزار یورو پہلے ہی پھنس چکے ہیں۔ وہ انہیں مزید دس ہزار یورو دے دیتا

ہے، اس دوران وہ شکار سے مل کر اس کے پیسوں کی پوری پوزیشن سے واقف ہو چکے ہوتے ہیں۔ مگر قصہ یہاں پر ہی ختم نہیں ہوتا۔ اب اس شخص کو اسی طرح کا لالچ دلا کر اپنے آپ کو خطرے میں مبتلا کر بلکہ ہر طرح کا دباؤ ڈال کر اسے پوری طرح نچوڑا جاتا ہے اور پھر میرے دوست رانا کے بقول (جو ان فراڈیوں کا دوست بن گیا تھا) ایک دن شکار کی گھڑی اور کوٹ وغیرہ تک اسی چکر میں اتروا کر اسے کسی ویران سی سڑک پر اتار دیا جاتا ہے۔ یہ آخری چکر ان بڑے ٹھگوں کے چیلے چائے کرتے ہیں۔ جو شکار کو مل کر اس کا واقعہ سن کر افسوس کا اظہار کرتے ہیں اور ان ٹھگوں کا پتہ بتانے کا معاوضہ وہ گھڑی یا سوٹ لیتے ہیں اور پتہ حسب معمول غلط ہوتا ہے۔ رانا بتا رہا تھا کہ جن کالوں کو وہ بطور باورچی وغیرہ افریقہ سے لیکر آتے تھے انہیں ہی سوٹ پہنا کر اپنے ملک کا وزیر بنا دیا جاتا تھا۔ رانا ان کے ساتھ نا بھیر یا بھی گیا تھا وہ بتاتا ہے کہ وہاں پر ان فراڈیوں نے سینکڑوں قیمتی کاریں (مرسدیز 500، اور لینڈ کروزر وغیرہ) اپنی کونھیوں میں بھری ہوئی تھیں۔

میرے ایک اینٹ ورپن (ٹیلیفون) کے دوست مرزا صاحب مجھے ایک دن انہی ٹھگوں کا واقعہ سنانے لگے کہ انہوں نے لندن میں ایک بینک بنا لیا تھا جو کہ یورپ میں بنانا بڑا مہنگا اور مشکل کام ہوتا تھا کہ خاص ہی بڑی رقم ملک کے سنٹرل بینک کے پاس بطور گارنٹی رکھی جاتی ہے۔

جہاں پر یہ لوگوں کی بلیک منی (جو یورپ میں رکھنی بڑی مشکل ہوتی ہے) ہی جمع کرتے تھے اور کچھ فالتو سود دیا کرتے تھے۔ پھر ایک دن وہ کاروبار بند کر کے فرار ہو گئے کہ جتنی رقم وہ انویسٹ کر چکے تھے اس سے کافی زیادہ ان کے پاس آچکی تھی مرزا صاحب کہنے لگے ”مجھے اپنے جاننے والے اینٹورپن کے یہودی جیولر کا پتہ چلا کہ اس کے پانچ ملین یورو بھی اس بینک میں ٹھکے گئے ہیں۔“

میں نے اس کا ذکر کیا کہ اسکے فلاں واقف دوسرے یہودی نے یہ بات بتائی ہے۔ تو وہ یہودی جل کر کہنے لگا کہ خود اس بتانے والے کے سات ملین یورو اس بینک والے کا لے ٹھک کر لے گئے ہیں۔ اور فلاں یہودی کے اتنے ملین گئے ہیں۔ میں یہ سن کر اس تیسرے یہودی کے پاس



چلا گیا کہ اس علاقے میں اپنے کاروبار کی وجہ سے میں سب جانتا تھا جب اس سے ذکر کیا تو جل کر کہنے لگا (یہودی خود کو بڑا ہی تیز سمجھتے ہیں اور خود پر اس بیوقوفی کے معاملے میں طنز کو بالکل برداشت نہیں کرتے) فلاں یہودی کے بھی اتنے گئے ہیں، فلاں یہودی جو اتنا تیز بنتا ہے اس کے بھی دس ملین یورو اس بنک میں ڈوب گئے ہیں۔ وہ سارے جوہریوں کے بازار کی بلیک منی کے راز کھولنے لگ پڑا۔ ”گھر کا بھیدی لٹکا ڈھائے“

وہ کالے شائد اسی لیے بھاگ گئے کہ ان کے پاس جمع رقم سنٹرل بینک میں جمع سیکورٹی سے خاصی زیادہ ہو چکی تھی اور وہ اس ”کاروبار....“ میں بھی کامیاب ہو چکے تھے۔ اور پھر بلیک منی کا کلیم کوئی کیسے کر سکتا ہے۔

پاکستان میں بھی کافی گروپ اوپر بیان کردہ قسم کے فراڈوں میں لگے رہتے ہیں۔ اس میں تترال (چکوال) کے ایک فراڈیئے ”فیاض“ کا واقعہ خاصا دلچسپ ہے۔ اس کے خلاف بہت سے کیس چکوال تھانے اور دوسرے شہروں میں بھی درج ہیں۔

اس نے ایک دفعہ کراچی میں پندرہ سو روپے فی مینا (چھوٹا سا پرندہ) کے حساب سے ایک ہزار سے زیادہ پرندے بیچ دیئے تھے۔

یہ واقعہ اس طرح تھا کہ پرندہ بیچنے کی مارکیٹ میں ایک دن ایک عربی ”شیخ“ دو تین پاکستانیوں کے ہمراہ میناؤں کی تلاش میں پھرتا رہا اس نے دو ہزار روپے فی مینا خریدنے کی آفر کی۔ اور کہا کہ وہ کم از کم تین سو مینا خریدے گا۔ اور اس کے پاس صرف دو دن کا وقت ہے۔

اب مینا ایک ایسا پرندہ ہے کہ یہ بازار میں نہیں ملتا اور یہ اکٹھی بھی نہیں ہوتی ہیں کہ آپ انہیں ایک ہی دفعہ میں پکڑ لیں۔ اس عربی نے انہیں کچھ رقم ایڈوانس بھی دے دی۔

کراچی کے سب پرندوں کے سوداگر میناؤں کی تلاش میں لگ گئے لیکن اتنی مینا دو دن کے اندر کہیں سے بھی نہیں مل رہی تھیں۔ انہوں نے بچا اس ساٹھ مینا اکٹھی کر لیں۔ لیکن اتنی مینا وہ اس عربی شیخ کو بیچ نہیں سکتے تھے۔

پھر اگلے دن میناؤں سے بھری ہوئی ایک پک اپ پرندوں کے بازار میں داخل ہوئی اور ڈرائیور اس عربی شیخ کے ہوٹل کا پتہ پوچھنے لگ پڑا۔

پرندوں کے سب سوداگر اس پک اپ کے آس پاس جمع ہو گئے اور ڈرائیور سے میناؤں کا سودا کرنے لگ پڑے۔ اس ڈرائیور نے انہیں بتایا کہ وہ ان میناؤں کو اسی عربی شیخ کو بیچنے جا رہا ہے اس کا سودا سترہ سو روپے فی مینا ہو چکا ہے۔

ڈرائیور نے انہیں مزید بتایا کہ عربی مینا سے کوئی ”طاقت والی“ دوا بناتے ہیں اور اس عربی نے تو سندھ اور پنجاب سے مینا ہی تقریباً ختم کر دی ہیں۔

بڑے بحث مباحثے اور ٹکرار کے بعد دوکانداروں نے بالآخر وہ مینا سترہ سو روپے فی مینا کے حساب سے اس ڈرائیور سے خرید لیں۔

دوسرے دن وہ اس عربی شیخ کا انتظار کرتے رہے جب وہ نہ آیا تو دوسرے دن اس کے ہوٹل میں گئے تو وہ شیخ وہاں سے غائب ہو چکا تھا۔

اسی فیاض نے ملک کے مختلف شہروں میں گھر کرائے پر لیے اور اپنے امیر قسم کے پڑوسیوں سے اچھے تعلقات بنائے ان پر خاصا خرچہ کیا اس کے بعد ان لوگوں کو راز میں لیکر بتایا کہ اس کی کوٹھی میں زمین سے تیل نکل آیا ہے اور جس نے گاڑی بھروانی ہو وہ اس سے آکر آدھی قیمت پر گاڑی بھروا سکتے ہیں۔ لیکن صرف اپنی گاڑیاں۔

چند بار وہ گاڑیاں بھرنے کے بعد ایک دن ان میں سے کسی صاحب حیثیت پڑوسی کے پاس جا کر اپنا دکھڑا روتا تھا کہ اسے کاروبار میں نقصان ہو گیا ہے اسے فوری طور پر کچھ پیسہ کرنی ہے اب وہ اس کوٹھی کو بیچے بغیر نہیں بچ سکتا ”تیل والی کوٹھی“ عام اسی طرح کی کوٹھی سے تین گنا مہنگی خریدنا بالکل کم قیمت ہے۔

وہ ان صاحب پر خصوصی مہربانی کر کے دو گنی قیمت پر یہ کوٹھی بیچ دے گا۔ وہ ان صاحب سے پیسے لیکر کوٹھی ان کے حوالے کر دیتا ہے، کاغذات جعلی ہوتے ہیں



پھر چند دن کے بعد وہ تیل نکلتا بند ہو جاتا ہے جب وہ صاحب اس پائپ کے نیچے پور کر دیتے ہیں تو نیچے ایک نیکی دبی ہوتی ہے اور ایک موٹر لگی ہوتی ہے۔

پاکستان میں ایک مسٹر ڈبل بھی چند سال پہلے اپنا کام دکھا چکا ہے اس نے لوگوں کے اربوں روپے بنو لئے یہ رقم ڈبل کرنے کا طریقہ امریکہ میں گولڈن چین کے نام سے کوئی پچیس سال پہلے چل چکا تھا۔ اس میں اصول یہ ہوتا ہے کہ جو شخص وہاں جاتا ہے اس نے چار مزید گاہک (یا پانچ، چھ) دینے ہوتے ہیں جب وہ گاہک دیتا ہے تو پھر اس کی رقم دگنی واپس مل جاتی ہے جب کہ کاروبار کرنے والے (مسٹر ڈبل) کو اس سے چار پانچ گنا رقم بچ چکی ہوتی ہے۔ پھر وہ پانچ چھ گاہک اپنے اپنے مزید پانچ چھ شکاروں کو لے کر آتے ہیں اور ان کی رقم دگنی ہوتی جاتی ہے یہ چکر اس وقت تک چل سکتا ہے جب تک مزید نئے گاہک ملتے رہیں۔ جونہی وہ گاہک ملنے بند (جو کہ اکثر تین چار سال میں ہو جاتا ہے) تو گاہکوں کے اس وقت جمع شدہ پیسے بھی ضبط، کہ اب مسٹر ڈبل پہلے سے تو نہیں دے سکتا، وہ غائب ہو جاتا ہے۔ اسی بوسیدہ طریقے کو ہر ملک میں تھوڑی سی تبدیلی کے بعد چلایا جاتا ہے۔ اس کا ایک نیا نام اب Network Marketing بھی ہے۔

مختلف شہروں میں ایسے لوگ بھی پھر رہے ہیں جو دوکان پر جا کر دوکاندار کو چند ہی باتوں میں ہپناٹا کر لیتے ہیں۔ پھر اس کی جیب اور غلے میں جو بھی رقم موجود ہوتی ہے وہ دوسری قیمتی چیزوں کے ساتھ لیکر فرو چکر ہو جاتے ہیں۔ لاہور چھاؤنی میں والٹن روڈ پر بھی دو سال پہلے ایسے لوگ وارداتیں کرتے پھر رہے تھے۔

2006ء میں چکوال میں اسی قسم کا ایک دلچسپ واقعہ ہوا تھا۔ رحمانی نیوز ایجنسی (بس اسٹینڈ ملہ گنگ روڈ) پر چند لوگ جمع تھے۔ ان میں رحمانی نیوز ایجنسی والے کا بیٹا لیاقت ساتھ انگریزی روزنامہ ڈان کا بزنس میجر کے علاوہ چند اور لوگ بیٹھے تھے۔

اتنے میں گلے میں زنجیریں ڈالے ایک ملنگ اندر داخل ہوا۔ اس نے اندر موجود لوگوں سے سلام دعا لی پھر وہاں موجود ایک چھوٹے بچے کو پھلوں کی پیٹی کے ٹکڑی کے ایک ٹکڑے کو

اٹھا کر دینے کا کہا۔ جب بچے نے وہ ٹکڑا اٹھا کر اسے دیا تو اس نے اس پر کچھ پڑھا۔

اسکے بعد وہ ٹکڑا اس نے وہاں موجود ایک نوجوان کو دیا۔ اور کہنے لگا کہ اسے کھاؤ۔

اس نوجوان نے جب وہ ٹکڑا چکھا تو وہ حیران ہو کر کہنے لگا یہ تو بادام ہیں۔

وہاں پر موجود دوسرے لوگوں نے بھی اس ٹکڑے کو چکھا تو اس کا ذائقہ بالکل بادام جیسا

تھا۔

اس کے بعد اسی ملنگ نے ایک اور لکڑی کا ٹکڑا زمین سے اٹھایا اور اس پر کچھ پڑھا تو

اس کا ذائقہ پستہ جیسا ہو گیا۔

اب وہاں موجود سب لوگ اس ملنگ کے چاروں طرف جمع ہو گئے اور اس سے فیض

لینے کی کوشش کی۔

وہ ملنگ ان سے کہنے لگا ”کرنے کو تو بہت کچھ ہے لیکن اس وقت میں تم لوگوں پر ایک

احسان کر سکتا ہوں تم سب اپنی جیب میں موجود رقم ڈبل کروا سکتے ہو۔“

وہاں موجود سب ”عقیدت مندوں“ نے اپنی جیب میں سے روپے نکالے کوئی سات

ہزار روپے کے قریب رقم بنی۔

اس ملنگ نے وہ رقم ایک کاغذ کے لفافے میں ڈالی اور ان میں سے ایک نوجوان کو کہا

کہ اسے جیب میں ڈال لے۔

اس کے بعد اس سب کو کہا کہ وہ کوئی دو سو گز دور بھون چوک کے اوپر سے چکر لگا کر

واپس آئیں اکی جیب میں موجود رقم دگنی ہو چکی ہوگی۔

سب کے سب لوگ ایک قطار میں بھون چوک کا طواف کرنے چل پڑے۔ پیچھے سے

وہ ملنگ ایک پرانی سی کار میں بیٹھا اور بھاگ گیا۔

جب وہ واپس آئے تو اس نوجوان کی جیب سے اپنی رقم واپس نکالنے لگے تو دیکھا کہ

لفافے میں کاغذ بھرے ہوئے ہیں۔



میرا دوست قلندر یہ بات سن کر ہنس رہا ہے اور کہہ رہا ہے کہ وہ ”بادام گنج“ تو بڑا فنکار تھا۔ لیکن گراکتی چھوٹی چیز پر تھا۔

یہاں پر علامہ اقبالؒ کا ایک شعر یاد آ رہا ہے۔

اے خدا تیرے سادہ لوح بندے کہاں جائیں

ہے درویشی بھی سالوسی، ہے سلطانی بھی عیاری

اسی قسم کے بیشمار واقعات ہو چکے ہیں میں نے یہ سب اسی لیے لکھا ہے کہ ”شاید کچھ لوگ“ تو اس سے سبق سیکھیں گے۔

## زبان کا گھاؤ

جن لوگوں کے ساتھ ہمارا پکارشتہ یا تعلق ہے ان سے کبھی ایسی بات نہ کریں جو ان کے دل میں گھاؤ پیدا کر دے۔

ایک عجیب و غریب انسانی کمزوری ہے کہ ہر شخص اپنی تعریف کو پسند کرتا ہے مگر دوسروں کی تعریف ناپسند۔

اس کی وجہ یہی ہوتی ہے کہ ہم میں یہ احساس کمتری (Complex) ہوتا ہے کہ معلوم نہیں لوگ ہمیں ایک اچھا، ذہین اور کامیاب انسان سمجھتے بھی ہیں یا نہیں۔ اور جب کوئی شخص اس سلسلے میں ہماری تعریف کرتا ہے تو ہم بڑے خوش ہوتے ہیں۔

اس کا الٹ یہ ہے کہ ہم لوگ تنقید پسند نہیں کرتے۔ اس کی وجہ بھی احساس کمتری ہے۔ گو پختہ انسان وہی ہے جو تعریف سے خوش نہ ہو، تنقید سے ناراض نہ ہو۔ اور کسی دوسرے کی تعریف بھی کر سکے۔

لیکن ہم لوگ انہی کمپلیکسز کی وجہ سے دوسروں سے بلاوجہ مقابلہ کرتے اور اسی چکر میں ہر طرح کی الٹی سیدھی باتوں اور ہتھکنڈوں پر اتر آتے ہیں۔ دوسروں کا دل توڑتے، ان کی حوصلہ شکنی کرتے اور ایسی ایسی گھٹیا باتیں بھی کر جاتے ہیں جو دوسروں کے دلوں سے کبھی نہیں نکل پاتیں۔ اس کی مثال میں ایک کہانی بیان کی جاتی ہے۔

ایک لکڑہارا جنگل میں لکڑیاں جمع کر رہا تھا۔ اس نے بہت سی لکڑیاں جمع کر لیں۔ اس دوران اسے بخار ہو گیا اور وہ لکڑیاں اٹھا کر گھر تک لانے کے قابل نہ رہا۔ اب وہ وہاں پریشان بیٹھا تھا کہ وہاں سے ایک شیر گزرا۔ وہ لکڑہارا اسے دیکھ کر ڈر گیا۔ مگر شیر کہنے لگا۔ ”تمہیں ڈرنے کی ضرورت نہیں بتاؤ کہ تمہیں کیا مشکل ہے“



لکڑہارے نے بتایا کہ وہ لکڑیاں تو اکٹھی کر چکا ہے مگر بیماری کی وجہ سے انہیں گھرتک لے جانے کے قابل نہیں ہے۔ اور اس کے گھر میں کوئی پیسے نہیں ہیں۔ یہ لکڑیاں بیچ کر ہی وہ اپنے کنبے کی خوراک کا بندوبست کر سکتا ہے۔

اس پر شیر بولا ”تم لکڑیاں میری کمر پر لا دو میں انہیں تمہارے گھرتک چھوڑ آتا ہوں“ لکڑہارا اب بھی ڈرا ہوا تھا وہ کہنے لگا ”شکر یہ مگر میں کوئی طریقہ ڈھونڈ لوں گا“ مگر شیر نے اس پر اصرار کیا تو لکڑہارے نے لکڑیاں اس کی کمر پر لا دیں اور شیر انہیں اس کے گھرتک چھوڑ آیا۔

اس کے بعد لکڑہارے اور شیر کی دوستی ہو گئی، لکڑہارا جب بھی جنگل میں جاتا شیر سے ملتا اور وہ آپس میں گپیں مارتے اور ہنسی مذاق کرتے۔

پھر ایک دن لکڑہارے نے شیر کو اگلے دن اپنے گھر کھانا کھانے کی دعوت دی۔ شیر اس پر رضامند ہو گیا۔

اگلے دن شیر لکڑہارے کے ساتھ اس کے گھر آیا اور کمرے میں اس کے بیوی بچوں کے پاس بیٹھ گیا۔

تھوڑی دیر کے بعد لکڑہارے کی بیوی اپنے خاوند سے کہنے لگی ”اپنے دوست (شیر) سے کہو کہ وہ باہر جا کر بیٹھ جائے کہ اس کے جسم سے بو آ رہی ہے“

شیر یہ سن کر بڑے غصے میں وہاں سے جنگل کی طرف بھاگ گیا پھر اگلے دن شیر لکڑہارے کو ملا تو اسے کہنے لگا۔ ”تم اپنی تلوار میرے کندھے پر مارو“ لکڑہارا کہنے لگا ”میں یہ کام تو نہیں کر سکتا کیونکہ تم میرے دوست ہو“ شیر کہنے لگا ”اگر تم تلوار نہیں مارو گے تو میں تمہیں کھا جاؤں گا“ آخر مجبور ہو کر لکڑہارے نے تلوار شیر کے کندھے پر ماری تو شیر زخمی حالت میں جنگل میں چلا گیا۔

چند ہفتوں بعد شیر پھر لکڑہارے کو ملا تو لکڑہارا اسے دیکھ کر ڈر گیا مگر شیر اسے کہنے لگا ”گو

ہماری دوستی ختم ہو چکی ہے اور اب کبھی ہوگی بھی نہیں مگر تمہیں ڈرنے کی ضرورت نہیں ہے میں تمہیں صرف ایک بات بتانے آیا ہوں کہ دیکھو میرے کندھے پر تمہاری تلوار کا گھاؤ بھر چکا ہے۔ مگر تمہاری بیوی کی زبان نے جو گھاؤ لگایا تھا وہ ابھی تک باقی ہے اور کبھی نہیں بھرے گا“

ہم لوگ اپنے تعلق کے لوگوں، رشتہ داروں، اچھے دوستوں اور پڑوسیوں سے بھی اسی طرح کی گھٹی باتیں وقتی طور پر جذبات میں آ کر کہہ جاتے ہیں جو ان کے دل میں گھاؤ کر دیتی ہیں اور سالوں یہ گھاؤ نہیں بھرتے۔ مجھے یہ خیال آتا ہے کہ پاکستانی کلچر میں لڑنا چونکہ بڑا سمجھا جاتا ہے اس لئے جہاں تک ہو سکے ہم لوگ لڑائی سے پہلو تہی ہی کرتے ہیں۔ لیکن شاید لڑ ہی لیا کریں تو اس ”چپیں چپیں“ سے تو جان چھوٹ جائے گی کہ ہم لوگ لڑائی کی حد سے نیچے تو ہر وقت اپنے آس پاس والوں اور رشتہ داروں سے فی سبیل اللہ فساد ہی کرتے رہتے ہیں جب کہ اسلام میں تو کسی کا دل دکھانے سے بھی سختی سے منع کیا گیا ہے۔

اگر آپ نے کسی کے ساتھ بھی لمبا تعلق رکھنا ہے تو ایسی بات کبھی نہ کریں جو اس کی عزت نفس کو مجروح کرے۔

اور اس کا صحیح طریقہ یہ ہے کہ انسان دوسروں سے وہی سلوک اور وہی بات کرے جو وہ خود سے ہونا پسند کرتا ہے اور یہی اسلام کا پیغام ہے۔ قرآن پاک میں ہے ”اور میرے بندوں سے کہہ دو کہ (لوگوں سے) ایسی باتیں کہا کریں جو کہ پسندیدہ ہوں کیونکہ شیطان (بری باتوں سے) ان میں فساد ڈالتا ہے“ (سورۃ بنی اسرائیل ۵۲)۔

ایک حدیث پاک ہے ”انسان دوسروں سے وہی سلوک کرے جو وہ خود سے ہونا پسند کرتا ہے“

پھر ایک اور جگہ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا ”مسلمان وہ ہے جس کے ہاتھ اور زبان سے دوسرے مسلمان محفوظ رہیں“

زیادہ گہرا اور پختہ انسان ہر اہم معاملے میں دوسروں کی جگہ (ان کے جوتوں میں)



کھڑا ہو کر دیکھتا ہے۔ کہ وہ دوسرا انسان اس معاملے کو کس نظر سے دیکھ رہا ہے۔ ایسے لوگ ہی صحیح مسلمان ہوا کرتے ہیں۔

حسد اور خواہ مخواہ مقابلے سے بچنے کی ایک بہترین ترکیب یہ ہے کہ وہ خود اپنی موجودہ حالت پر خوش رہنا سیکھے اور دلی طور پر خدا کا شکر ادا کرے۔ مگر ساتھ جس چیز کی کمی وہ محسوس کرتا ہے اس شے کی حصول کی کوششیں بھی جاری رکھے۔ حسد تو زندگی کی خوشیوں میں بہت بڑی رکاوٹ ہوتا ہے یہ کسی بھی گروپ کے اتحاد کا سب سے بڑا دشمن ہوتا ہے۔ حسد میں انسان کچھ بھی الٹی حرکت کر سکتا ہے اسی لئے اسلام میں حسد حرام ہے۔

پھر وہ خواہ مخواہ مقابلے اور حسد سے مستقل طور پر نکل آئے گا کہ ہم نے ہر چیز، ہر معاملے میں اپنے آس پاس کے لوگوں اور خصوصاً رشتہ داروں سے دہنی، مالی (حتی کہ روحانی) ہر معاملے میں خواہ مخواہ مقابلہ لگایا ہوا ہے۔

ہمارے پاس تو موٹر سائیکل ہے اور اس کے پاس کار کیوں ہے؟ یا اس کے ساتھ زیادہ لوگ کیوں اٹھتے بیٹھتے ہیں؟ بہتر ہے کہ ایسی سوچوں کو شروع میں ہی روک کر دوسری بہتر قسم کی سوچ شروع کر دی جائے ورنہ ایسا سوچنا بھی عادت بن جاتی ہے۔

جب آپ اپنی موجودہ حالت پر خوش رہنا اور شکر ادا کرنا سیکھ لیں پھر اس خواہش محسوس ہونے والی چیز کے حصول کی کوشش کریں تو وہ آپ کو پہلے کی نسبت کئی گنا آسانی سے مل جایا کرے گی۔ کہ اب آپ کے ذہن میں اس کا حصول نہ ہونے کا ڈر نہیں ہوگا، جھنجھلاہٹ نہیں ہوگی۔ اور یہ ایک پاکار روحانی اصول ہے کہ ڈر نہ ہو تو وہ چیز با آسانی مل جاتی ہے۔

قناعت کا غلط مطلب جو ہمیں بتایا جاتا ہے کہ جو پاس موجود ہے اسی پر بیٹھ جاؤ اور زندگی میں ترقی کی کوشش ہی نہ کرو۔

یہ زندگی کے مقصد سے ہٹ کر بات ہے۔ زندگی مسلسل حرکت اور مادی، ذہنی و روحانی ہر لمحہ ترقی کا نام ہے مگر ترقی کے بعد خصوصاً مادی ترقی کے بعد آپ نے اپنے مال و دولت کو اپنوں

اور دوسروں کی مدد کے لئے استعمال کرنا ہے۔ اور عقلمندانہ طریقے سے استعمال کرنا ہے۔ ہم میں سے بڑی اکثریت کے پاس اتنا کچھ موجود ہوتا ہے جو ہمیں خوش رکھنے کیلئے کافی ہے مگر یہ انسانی فطرت ہے کہ جو پاس ہے وہ قدر رکھ دیتا ہے اور جو دور یا پہنچ سے باہر ہے وہ بڑا پرکشش لگتا ہے۔ مگر ہم اسی دور کی چیز کے حصول میں دیوانے ہو کر اپنی موجودہ نعمتوں کی ناشکری کر رہے ہوتے ہیں۔ ہم ہر معاملے میں بلا سوچے سمجھے اپنے آس پاس موجود حتیٰ کہ شہر کے سب سے بڑے آدمی سے مقابلہ کر رہے ہوتے ہیں۔ یہی ہماری بے سکونی اور خوش نہ رہنے کی ایک بڑی وجہ ہوتی ہے۔ ہم یہ بھی نہیں دیکھتے کہ وہ آدمی جس سے ہم مقابلہ کر رہے ہیں لازمی نہیں ہے کہ وہ خوش بھی ہو وہ بہت ناخوش بھی ہو سکتا ہے چاہے آج ہو یا مستقبل قریب میں یا اس کی آخرت بھی صحیح ہے یا نہیں۔

حقیقت یہ ہے کہ صحیح معنوں میں خوش قسمت اللہ کا شکر گزار بندہ ہی بن سکتا ہے کہ وہ خود کو خوش قسمت مان کر ہی اللہ کی نعمتوں کا شکر ادا کرتا ہے اور جو خود کو خوش قسمت مانتا ہے اسی کا لاشعور اسے خوش قسمت بننے کی اجازت دیتا ہے۔

میرے مشاہدے میں آیا ہے کہ ہم میں سے خوش قسمت ترین انسان تک یہی سمجھتا ہے کہ اس کی خاصی خواہشیں پوری ہو جاتی ہیں مگر ایک آدھ (جسے وہ عموماً اہم ترین سمجھتا ہے) پوری نہیں ہو پاتی۔

اور اسی بناء پر وہ اللہ کی عطا کردہ اس صلاحیت سے پورا فائدہ نہیں اٹھا پاتا جو کہ در حقیقت اسے ہر ایک چیز مہیا کر سکتی ہے۔ مگر اسے ایک آدھ معاملے میں صبر سے کام لینا چاہیے۔ اور اس کے فوری طور پر نہ ملنے کو اللہ کی بہتری سمجھنی چاہیے۔ اور اس میں کوئی بہتری بھی ہوتی ہے کہ مناسب وقت پر ہی چیز ملنی صحیح ہوتی ہے کہ وقت سے پہلے ملے تو ہمارے پاس رہتی نہیں ہے اور رہے بھی تو اس میں کوئی خرابی (مالی، ذہنی یا روحانی) ہو سکتی ہے۔ جیسے زیادہ پیسہ یا پاور زیادہ دشمن بھی پیدا کر سکتی ہے۔ اور انسان کو اپنے پیسے اور پوزیشن کو بچانے میں بہت زیادہ وقت، توجہ اور



انرجی بھی دینی پڑ سکتی ہے۔

آسان بات کہ یہ یقین ذہن میں بٹھالیں کہ اللہ ہر خواہش پوری کرے گا چاہے ایک یا دو سال بعد مگر ضرور پوری کرے گا۔

## جلس دم

اسلام کی روحانیت میں صوفیاء کچھ ایسی مشقیں کرتے نظر آتے ہیں جن کا ذکر ہمیں قرآن پاک یا حدیث صحیحہ میں نہیں ملتا ان میں ایک مشق سانس کی مشق یا جس دم کہلاتی ہے۔ اسلام ایسی کسی چیز سے نہیں روکتا جس میں انسان کا کوئی ذہنی، جسمانی یا روحانی فائدہ ہو۔ صرف ان چیزوں میں ہر وقت کھوئے رہنے یا دوسرے لفظوں میں وقت کے ضیاع سے روکتا ہے۔

سانس کی مشق سے انسان کی صحت پر بڑے مثبت نتائج مرتب ہوتے ہیں۔ مثلاً عام حالت میں ہمارا جسم ہر وقت آکسیجن کی کمی کا شکار رہتا ہے۔ آپ کے جسم کے بہت سے اعضاء کو اس وجہ سے مناسب مقدار میں آکسیجن نہیں ملتی کہ ہم سانس صحیح طریقے سے نہیں لیتے۔ پھر آج کل ہوا میں آکسیجن کی مقدار اب سے پہلے کے مقابلے میں کوئی دس فیصد کم ہے۔ آلودگی بھی زیادہ ہے۔

صحیح سانس لینے کا طریقہ پیٹ تک سانس لینا ہے، بچہ بچپن میں اور سوتے وقت انسان پیٹ تک ہی سانس لیتا ہے۔ یہی سانس لینے کا قدرتی طریقہ ہے۔ پیٹ تک سانس لینے سے انسان کے جسم اور دماغ میں بھی آکسیجن صحیح طریقے میں پہنچ جاتی ہے۔ اور انسان کا دماغ پرسکون ہو جاتا ہے۔ اس میں سوچوں کا دباؤ بھی اسی وجہ سے گھٹ جاتا ہے۔ پرسکون دماغ (Relax Mind) ہی صحیح فیصلے کرنے کی اہلیت رکھتا ہے اور لمبی عمر میں بھی مددگار ہوتا ہے۔

صحیح سانس لینے سے انسان کے جسم میں کئی بیماریاں ختم ہو جاتی ہیں۔ صحیح طریقے سے سانس لینے سے خون میں سے غلط مادوں کی صفائی بھی ہو جاتی



ہے۔ اس کا صحیح طریقہ پیچھے باب ”سدا جوان رہنا“ میں بتایا جا چکا ہے۔

کچھ لوگ اس مقصد کیلئے دوڑ لگانے کا مشورہ دیں گے لیکن دوڑ کوئی بھی لمبا عرصہ تک نہیں لگا پاتا۔ کبھی موسم، کبھی عمر کی مجبوریاں اس میں رکاوٹ ہیں۔ سانس لینے کی ایک اور بڑی اچھی مشق ہے اس میں ناک کے ایک نتھنے پر انگلی رکھ کر دوسرے سے لمبا سانس لیا جاتا ہے چند سیکنڈز کے بعد انگلی دوسرے نتھنے پر رکھ کر سانس نکال دیا جاتا ہے۔ پھر جہاں سے سانس نکالا ہے وہاں سے ہی دوبارہ سانس لیا جاتا ہے۔ پھر اس نتھنے پر ہاتھ رکھ کر دوسری طرف سے سانس نکال دیا جاتا ہے۔ اسی طرح بیس سے شروع کر کے سوتک سانس لیے جاتے ہیں۔ اس کی مدد سے نا صرف آپ اپنی صحت اور ذہن کو بہتر بنا سکتے ہیں بلکہ ہر طرح کی بیماری میں بھی افاقہ یا شفاء حاصل کر سکتے ہیں۔ اس سے جسمانی توانائی زیادہ ہو جانے کے ساتھ ساتھ ڈپریشن بھی غائب ہو جاتی ہے یہ سوا بار سانس کی مشق آپ نے صبح اور شام دوبار روزانہ کرنی ہے۔

بیماری کی بہتری تو زیادہ آکسیجن کے ملنے کی وجہ سے ہوتی ہی ہے مگر ساتھ فیتھ کی طاقت ہو تو ہر لاعلاج بیماری بھی اس کی مدد سے صحیح ہو سکتی ہے۔

صحیح طریقے سے سانس لینے کے ساتھ ساتھ آپ اس میں ارتکاز توجہ کی مشقیں بھی کر سکتے ہیں۔

## معلومات کے ذرائع

سنی سنائی باتیں صرف انفارمیشن دیتی ہیں۔ صحیح علم کیلئے آپ کو پڑھنا پڑے گا پھر ہی آپ کی معلومات با تفصیل اور مستند ہوں گی۔ صرف سنی سنائی باتوں کی بنیاد پر آپ کسی بھی باشعور انسان کے ساتھ بحث و مباحثہ نہیں کر سکتے۔

پڑھنے میں بھی ہمارے ملک میں مختلف لیول پر معلومات ملتی ہیں۔ جیسے عام شاعر بھی قوم کو علم دینے کی کوشش میں ہوتا ہے۔ مگر سب سے پہلے اس میں خوبصورت لفظوں کا چناؤ بھی کرنا ہے اور پیغام بھی دینا ہے۔ وہ بھی ایک نظم کے اندر اندر۔

جسمیں عموماً خوبصورت لفظ تو وہ ڈھونڈ لیتا ہے مگر مطالب ان میں ادا نہیں ہو پاتے۔ آخر وہ مطالب کو چھوڑ کر خوبصورت لفظوں پر مشتمل شاعری کرتا ہے جو ”تک بندی“ کہلاتی ہے۔ تھوڑے سے لفظوں میں پیغام صرف ذہن اور باشعور لوگوں کو ہی دیا جاسکتا ہے جو کہ کم ہی لوگ ہوتے ہیں۔ اس طرح معلومات کا ایک کمزور ذریعہ چھوٹے موٹے لوکل اخبارات اور رسائل ہوتے ہیں۔ جن میں لکھنے والے بھی یا زیادہ علم و نالج رکھنے والے نہیں ہوتے۔ ایسے اخبارات و رسائل وغیرہ کی باتوں کو بنیاد بنا کر آپ کسی کو مستند بات بہت کم ہی بتا پاتے ہیں۔

تاریخ معلومات کا ایک ذریعہ ہے لیکن ہر کوئی اپنی تاریخ لکھتا ہے امریکن تاریخ لکھتے ہیں تو ریڈ انڈین پر کیے گئے مظالم اسمیں غائب ہوتے ہیں۔ ہسپانوی لکھیں تو ان کے ساؤتھ امریکن سے کیے گئے مظالم اسمیں سے غائب ہوتے ہیں۔ چینی اپنی تاریخ لکھیں تو لانگ مارچ میں کیے گئے مظالم غائب ہوتے ہیں۔ ماضی میں تقریباً ہر بادشاہ نے اپنی اپنی مرضی کی تاریخ ہی لکھوائی۔

جیسے ہمیں قائد اعظمؒ جو 1948ء میں فوت ہوئے کے بارے میں ہی متضاد رائے ملتی



ہیں کہ وہ پاکستان کو اسلامی مملکت بنانا چاہتے تھے یا سیکولر۔ پھر ہمیں یہ بھی معلوم نہیں ہوتا کہ وہ بیماری سے فوت ہوئے یا انہیں قتل کیا گیا۔ لیکن میرا خیال یہ ہے کہ یہ سوال اتنا اہم نہیں ہے کہ وہ پاکستان کو کیسی ریاست بنانا چاہتے تھے بلکہ اہم یہ ہے کہ صحیح نظام حکومت کونسا ہے۔ قائد اعظم کے پاکستان پر بے شمار احسانات ہیں وہ بڑے عظیم انسان تھے مگر پیغمبر تو نہیں تھے کہ جو کچھ انہوں نے کہا وہ ہی صحیح ہو، صحیح بات مختصر لفظوں میں یہ ہے کہ ترقی کیلئے ملک میں پہلے انسان کی جان پھر مال کی حفاظت ضروری ہوتی ہے کہ لوگ وہیں رہتے اور پیسہ رکھتے ہیں جہاں یہ چیزیں موجود ہوں۔

انصاف ہو تو Law & Order بحال ہو جاتا ہے پھر یہ دونوں چیزیں میسر ہو جاتی ہیں انصاف میں بھی سستا اور فوری انصاف ضروری ہوتا ہے (کہ مغرب کو اس کے مہنگے انصاف نے مروایا ہے وہاں کی جیلیں بھر چکی ہیں) اور اسلام تو مفت اور فوری انصاف دیتا ہے جو کہ کوئی اور نظام نہیں دے پاتا۔ سستا انصاف آہستہ آہستہ مہنگے اور پیچیدہ انصاف میں تبدیل ہوتا چلا جاتا ہے۔ مفت اور فوری انصاف ہی سب سے بہترین طریقہ ہے۔ پھر اسلام لوگوں کی ہر طرح کی ذہنی، اخلاقی اور روحانی تربیت پوری طرح کرتا ہے۔ میری رائے میں ہمیں اسلامی نظام کی طرف ہی آنا ہوگا۔ یہی ہمارے سب مسائل کا آخری اور حتمی حل ہے۔ میرا یقین مجھے بتاتا ہے کہ وہ وقت زیادہ دور نہیں ہے۔

اسی طرح ہمارے اسلام کے ابتداء کی تاریخ بھی متضاد باتوں سے بھری پڑی ہے۔ اور ہر فرقے والا خود کو ہی درست ہی بتاتا ہے۔

لیکن قائد اعظم کی بات کی تحقیق آج تک نہیں ہو سکی تو 1400 سال پہلے والے واقعات کی کیسے ہوگی۔

آپ کو چاہیے کہ تاریخ دونوں طرف کے لوگوں کی پڑھیں تو پھر ہی کچھ اندازہ ہوگا۔ اور ان کے ماننے والوں سے بھی ڈسکس کریں۔ اس میں بھی ہر معلوم شدہ بات کو دین کے اصولوں (قرآن پاک اور فطرت کے اصولوں) پر پرکھیں۔

اس سے اوپر ملکی لیول کے ماہنامے اور اخبارات و رسائل ہوتے ہیں جس میں لکھنے والے اور رپورٹرز نسبتاً زیادہ علم رکھنے والے اور باشعور ہوتے ہیں۔ ان میں بھی روزناموں کے کالم لکھنے والے (کالم نگار) زیادہ ناچ رکھنے والے اور صحیح باتیں لکھتے ہیں۔ قومی انگریزی روزناموں کا معیار اور درجہ قومی اردو روزناموں سے کچھ اوپر ہی گنا جاتا ہے۔ مگر پچھلے چند سالوں سے قومی سطح کے اردو اخبارات و رسائل نے کچھ اچھے کالم نگار پیدا کیے ہیں۔ (مثلاً جاوید چوہدری، اور یا مقبول جان وغیرہ) لیکن کالم نگاروں نے بھی ایک صفحے کے کالم میں اتنا مقصد بیان کرنا ہوتا ہے۔ جس کی وجہ سے ان میں زیادہ گہرائی کم ہی آ پاتی ہے۔

پھر معلومات کا ایک ذریعہ مختلف کمپنیوں اور حکومت کی سالانہ رپورٹیں ہوتی ہیں۔ جن کو ہمیں مستند تسلیم کرنا پڑتا ہے۔ مگر یہ بھی وہی انفارمیشن دیتی ہے جسے وہ چھپانہ سکیں۔ مگر بہر حال ان کا حوالہ ہر جگہ دیا جاسکتا ہے (اور ہمارے ملک میں ان پر تنقید بھی بہر حال کی جاتی ہے)۔ آج کل ہمارے سرکاری ونچی ٹی وی اسٹیشن بھی معلومات دینے کا ایک بہتر اور نسبتاً قابل اعتماد ذریعہ بن چکے ہیں۔ مگر ان میں بھی روحانی اور دوسری قسم کے ٹھگوں کے اشتہار بھی اب بکثرت نظر آتے ہیں۔

پھر بین الاقوامی سطح کے اخبارات و رسائل ہیں ان میں "ٹائم" اور "کانومسٹ" میگزین سرفہرست ہیں۔ یہ دونوں رسائل دنیا کے مہنگے ترین رپورٹروں اور کالم نگاروں (یعنی بہترین ذہنوں) کو اس مقصد کیلئے ہائر کرتے ہیں۔

ان میں (Time) میگزین کو امریکن حکومت اپنے پراپیگنڈے میں استعمال کرتی ہے جبکہ اکانومسٹ (Economist) نسبتاً زیادہ آزاد اور پورٹنگ کرتا ہے۔ غالباً اس کی وجہ یہ ہے کہ کہیں لوگ اسے پڑھنا بھی بند نہ کر دیں۔

آج کل بہت سی حکومتیں اپنی پالیسیوں میں اکانومسٹ میگزین کی رپورٹنگ سے ہی مدد لیتی ہیں۔ جو آدمی بھی سیاست میں گہری دلچسپی رکھتا ہے اسے ان دونوں میگزینوں کو پڑھ لینا چاہیے۔



## لاشعور اور نفسیاتی مسائل

میں اپنی پچھلی دونوں کتابوں میں شعور، لاشعور کے بارے میں کافی کچھ لکھ چکا ہوں۔ یہاں پر کچھ نئی چیزیں بتانا چاہوں گا۔

ہمارا ذہن شعور اور لاشعور دو حصوں میں بٹا ہوا ہے۔ شعور اپنی تمام معلومات ماضی کے تجربات سے لیتا ہے۔ اس کے تجربات کی بنیاد پانچ حواس پر ہوتی ہے۔ یہ پانچ حسیں دیکھنا، سنا، چھونا، چکھنا اور سونگھنا ہوتی ہیں۔ ان پانچ حواس کی مدد سے یہ تمام معلومات شعور میں آتی ہیں پھر شعور جن معلومات کو اہم سمجھتا ہے انہیں شعور یا ہماری یادداشت کے ایکٹو حصے میں رکھتا ہے۔ ورنہ یادداشت کے کم ایکٹو حصے میں بھیج کر انہیں محفوظ کر لیتا ہے۔ یہ اس معاملے میں بالکل کمپیوٹر کی طرح کام کرتا ہے۔ یادداشت کے کم ایکٹو حصے کو لاشعور کہتے ہیں۔ لیکن لاشعور اس سے بہت زیادہ عجیب و غریب صلاحیتیں رکھتا ہے۔ مثلاً آج تک ہونے والی معمولی سے معمولی بات ہر تجربہ ہر سنی ہوئی بات اس میں ریکارڈ ہوتی ہے اور مشقوں کی مدد سے یا پھر مخصوص ذہنی تجربات میں (مثلاً مسمریزم وغیرہ) میں وہ یہ باتیں یاد کر لیتا ہے چاہے وہ کتنی ہی غیر اہم اور معمولی ہی کیوں نہ ہوں۔

مگر لاشعور کے ایک حصے کا تعلق کائناتی لاشعور (کائناتی دماغ یا Collective Unconscious) سے ہوتا ہے۔ اس میں یہ کائنات کے زندہ دماغ بلکہ ماضی میں ہونے والی حتیٰ کے سوچی تک جانے والی ہر بات تک رسائی حاصل کرنے کے قابل ہے۔ یہ لاشعور کی عجیب و غریب صلاحیت ہے۔ لاشعور کی اور بھی بے شمار اور بے پناہ صلاحیتیں ہیں مگر یہاں موضوع چونکہ نفسیاتی مسائل ہیں اس لئے میں اسی موضوع پر بات کروں گا۔

ہماری ماضی میں ہونے والی ہر بات لاشعور میں محفوظ ہوتی ہے۔ ماضی میں ہونے والے واقعات و تجربات ہی ہماری شخصیت کی تشکیل کرتے ہیں۔

نفسیات اور روحانیت کی دنیا میں ان تجربات کو بڑی اہمیت دی جاتی ہے۔ اس میں

کچھ واقعات ایسے ہوتے ہیں جو ناخوشگوار ہوتے ہیں اور یہ ہماری یادداشت بلکہ ہماری شخصیت کیلئے بہت اہم مگر ناخوشگوار ہوتے ہیں۔ نفسیات بلکہ روحانیت میں بھی ان ناخوشگوار واقعات سے چھٹکارا پانا بڑا ضروری سمجھا جاتا ہے۔

نہ صرف کہ یہ ناخوشگوار واقعات ہمارے لیے بوجھ ہوتے ہیں اور ہم جب بھی انکے بارے میں سوچتے ہیں تو ہمیں عجیب سی الجھن اور تکلیف ہوتی ہے۔ بلکہ ہماری خاصی توانائی ان الجھنوں کو سوچنے میں اور ان کے رد عمل میں ضائع ہوتی ہے۔

بلکہ خطرناک بات یہ ہے کہ ہم ایسے ہر ناخوشگوار واقعے کے ساتھ ایک ایسی چیز یا تجربہ (پشیمانی، احساس گناہ وغیرہ) منسلک کر لیتے ہیں کہ ہم جب بھی اسے سوچتے ہیں تو نہ صرف خوشگوار تجربات کے بارے میں سوچنے کے نتیجے میں ہمیں مسرت ہوتی ہے۔ اور ناخوشگوار تجربات کے سوچنے کے نتیجے میں ہمیں بڑی الجھن و تکلیف ہوتی ہے۔ بلکہ ہم نے ایسے ناخوشگوار واقعات کے ساتھ ایک ایسی چیز منسلک کی ہوتی ہے جو کہ حقیقی نہیں ہوتی۔ اس چیز کو سمجھانے کیلئے خود اپنے تجربات میں سے ایک چیک لڑکی (Czech Republic) ایواء کی مثال آپ کو دوں گا۔

ایواء جب چھ سال کی تھی تو ایک دن اس کے والد نے اس کے سامنے ایک بات کی جو اس کے دل میں بہت بری طرح اتر گئی۔ اس کے باپ نے یہ کہا کہ اگر تم نہ ہوتی تو میں اس وقت اپنی ایک بہت بڑی خواہش پوری کر رہا ہوتا۔ میں اس وقت ساری دنیا کی سیر کر رہا ہوتا۔

بظاہر یہ معمولی سی بات تھی مگر ایواء کہتی ہے کہ اس بات نے اسے اندر سے بڑی طرح زخمی کر دیا کہ دنیا میں اس کیلئے سب سے پیاری شخصیت اس کا والد تھا اور وہ پیاری شخصیت اس کی وجہ سے اپنی عزیز ترین دلی خواہش پوری نہیں کر پارہا تھا۔

ایواء کہتی ہے کہ اس بات کے سننے کے بعد اس نے اپنے آپ سے نفرت کرنی شروع کر دی کہ وہ زندہ کیوں ہے۔ اور اسے جب بھی کوئی تکلیف پہنچتی تھی تو وہ اندر سے خوش ہوتی تھی کہ وہ ہے ہی قابل نفرت۔ اور دوسرے لوگ جو اسے تکلیف پہنچا رہے ہیں وہ صحیح عمل کر رہے



ہیں۔

جب ایوان جوان ہو چکی تھی تو اس کے بوائے فرینڈ وغیرہ جب اس کے ساتھ کوئی غلط رویہ اختیار کرتے تو وہ بظاہر ناخوش ہوتی اور اندر سے بڑی خوش ہوتی کہ وہ زندہ کیوں ہے اور وہ ہے ہی قابلِ نفرت اور اس سے صحیح برتاؤ (بڑا برتاؤ) کیا جا رہا ہے۔

ایوان 2007ء میں مجھے ملی میں نے اس کی کچھ روحانی مدد (دعا وغیرہ کے ذریعے) کی جس کے نتیجے میں وہ اپنی حالت کو سمجھنے کے قابل ہو گئی۔ حالانکہ اپنی تکلیف کے حل کی کوشش میں وہ بہت کچھ سیکھ چکی تھی۔ بلکہ ماہر نفسیات بن چکی تھی۔ مجھے ملنے کے چند دنوں کے بعد ایوان ایک نفسیاتی علاج کرنے والے قسم کے گروپ کو ملی انہوں نے اسے بتایا کہ ہم ہر تجربے کے ساتھ ایک عجیب سی سوچ منسلک کر لیتے ہیں۔

یہ سن کر اسے جھٹکا سا لگا اور وہ اپنے بچپن کے واقعہ کے ساتھ منسلک یہ عجیب اور بھیاں تک سوچ کو سمجھ گئی اور اس نے خود کو اس سے آزاد کرنا شروع کر دیا جو کہ آسان کام نہیں تھا کہ اس کی شخصیت بھی دو حصوں میں تقسیم ہو چکی تھی۔ ایک حصہ خود سے نفرت کرتا تھا۔ دوسرا نارمل تھا۔ وہ اپنے سے نفرت کرنے والے ہر شخص کو پسند کرتی تھی۔ اور جو اس سے پیار کرتا تھا اس سے وہ نفرت کرتی تھی۔

مگر اب چند ہفتوں کے اندر وہ اس قابل ہو گئی کہ وہ اس ناخوشگوار تجربے سے جان چھڑا کر نارمل زندگی گزار سکے۔

ہم میں سے زیادہ حساس لوگ بھی اپنی مرضی کے ہر ناخوشگوار تجربے کے ساتھ ایسا ہی کوئی احساس منسلک کر لیتے ہیں جو کہ حقیقی نہیں ہوتا اور یہ احساسات پشیمانی، احساسِ گناہ وغیرہ ہوتے ہیں۔ ہماری شخصیت ایک عجیب و غریب اور ناخوشگوار بنیاد پر کھڑی ہو جاتی ہے۔

ہم سب کو کسی نہ کسی حد تک ایسے واقعات سے واسطہ پڑ چکا ہوتا ہے۔

ایسے واقعات کو یادداشت سے بالکل نکالنا تو ممکن نہیں ہوتا مگر ان سے منسلک وہ غلط

احساس (یادِ چھلہ) ہمیں ضرور دور کرنا چاہیے۔ اور ناخوشگوار واقعات کی سوچ کو دوڑانے کی صورت میں ہمیں جو الجھن ہوتی ہے اسے الجھن یا تکلیف کے بجائے مزاحیہ طرز پر لینے کی کوشش کی جائے تاکہ ایسے واقعات ہماری شخصیت پر بوجھ نہ رہیں اور ہم اپنی توانائی ان سے لڑ کر ضائع نہ کرتے پھریں۔

اگر ہم ماضی کیا اس ناخوشگوار واقعہ کو مزاحیہ طرز پر نہ لے سکیں تو پھر بھی کم از کم اس واقعہ کے بارے میں سوچنے کی صورت میں ہمیں کسی الجھن یا اذیت محسوس نہیں ہونی چاہیے۔ ہمیں یہ بھی چاہیے کہ اللہ سے سچے دل سے توبہ کریں کہ ہم آئندہ یہ غلطی نہیں کریں گے۔

ہم ہر معاملے میں اپنے تجربات اور اپنی یادداشت کو ہی استعمال کر کے اپنی زندگی کی عمارت کھڑی کرتے ہیں۔

ہمارا لاشعور یقین (Believing) کے اصول پر کام کرتا ہے۔ جو کچھ یہ مان لیتا ہے۔ وہ تخلیق کرنا شروع کر دیتا ہے۔ اگر آپ خود کو بد قسمت مانتے ہیں تو یہ آپ کو بد قسمت بنا دیتا ہے اور خوش قسمت مانیں تو آپ کو خوش قسمت بنانا اس کیلئے بڑی معمولی سی بات ہوتی ہے۔

یہ پہلے صرف سوچ ہوتی ہے پھر جوں جوں آپ اسے دماغ میں گھماتے ہیں یہ لاشعور میں گہری اترتی جاتی ہے۔ پھر یہ آپ کی عادت بن جاتی ہے۔ اس کے بعد یہ آٹومیٹک ہو جاتی ہے۔

اہم چیز یہ سمجھنا ہے کہ آپ یہ سب تبدیلیاں کرنے کے قابل ہیں۔ اب آپ کو علم ہے کہ آپ کی ماضی کی بدقسمتیاں محض آپ کی سوچ کی وجہ سے ہی تھیں۔ اب آپ نے اپنی اس پرانی سوچ کو ختم کر کے نئی سوچ سوچنا ہے۔ پرانی سوچ یہ تھی کہ میں بد قسمت ہوں۔ ذہن اس طریقے سے کام کرتا ہے کہ آپ جتنی بار یہ سوچتے ہیں میں بد قسمت ہوں آپ کے ذہن میں موجود پرانے پروگرام (میں بد قسمت ہوں) کو مزید طاقت ملتی ہے۔

اور ہم یہ سوچ دن میں کئی بار دہراتے ہیں اور ہر بار اس پروگرام کو ذہن میں اور



لاشعور میں مزید گہرا دھندلا دیتے ہیں اور کچھ عرصے کے بعد یہ ہماری عادت بن جاتی ہے۔

اس سوچ کو تبدیل کرنا بڑا اہم ہوتا ہے مگر یہ اتنا آسان بھی نہیں ہوتا کہ ایسا سوچنا ہماری عادت کا حصہ بن چکا ہوتا ہے اور عادت کا تبدیل کرنا بڑا مشکل سمجھا جاتا ہے۔ مگر آپ قدم بہ قدم کام کر کے غلط پروگرام (بد قسمتی) سے صحیح پروگرام (خوش قسمتی) کی طرف لا سکتے ہیں۔

اسمیں پہلے آپ نے یہ فیصلہ کرنا ہے کہ وہ غلط پروگرام ختم کرنا بڑا ضروری ہے۔ پھر آپ نے ایک کاغذ لیکر اس پر لکھنا ہے۔

اس غلط پروگرام کی وجہ سے آپ کو کیا کیا نقصانات ہو رہے ہیں؟

اور اسے ختم کرنے کے بعد کیا کیا فوائد حاصل ہو رہے ہیں؟

ایسی چیز کو لکھ لینا کسی بھی غلط پروگرام کو ختم کرنے کیلئے بڑا مددگار ہوتا ہے۔ اس میں ایک طرف آپ نے اس کے نقصانات لکھنے ہیں اور دوسری طرف فوائد کم، زکم دس نقصانات اور فائدے لکھنے ہیں۔

بہت سے لوگ اس وجہ سے خود کو تبدیل کرنے کی کوشش نہیں کرتے کہ وہ ماضی میں خود

کو تبدیل کرنے کی الٹی سیدھی کوششیں اور مشقیں کر کے اس میں ناکام ہو چکے ہوتے ہیں۔ اور

اپنے اس غلط پروگرام (جیسے یہاں پر بد قسمتی) کے ساتھ ایک اور چھوٹا سا پروگرام (یا دم

چھلہ) منسلک کر دیتے ہیں کہ وہ یہ غلط پروگرام تبدیل نہیں کر سکتے۔ ساتھ منسلک یہ پروگرام آپ

کی تبدیلی کی راہ میں ہر طرح کے شکوک و شبہات پیدا کرتا ہے۔ حالانکہ فیصلہ کرنے کے بعد اسے

تبدیل کرنا بالکل ممکن ہوتا ہے۔ NLP کی بنیادی اس بات پر ہے کہ آپ کسی بھی واقعہ کے ساتھ

اذیت (Pain) منبج کر کے اپنی عادت کو بڑی جلدی بلکہ ایک آدھ دن میں ہی تبدیل کر سکتے ہیں

چاہے وہ کتنی پرانی ہی کیوں نہ ہو۔ جیسے پیٹیا چنور پن کو چھوڑنا ہے تو کھاتے وقت موٹا کرنے والی

چیزوں کے ساتھ بھینس نما جسم کا تصور کریں اسی طرح اچھی عادت کے ساتھ خوشی کو منبج کر کے اس

عادت کو جلدی اپنایا جاسکتا ہے۔ بہر حال ان واقعات کو لاشعور سے نکالنے کی ایک بڑی آسان اور

کامیاب مشق میں اپنی کتاب روحانیت، دانش اور حقیقتیں کے باب نمبر 51 تصورات کی مشق میں دے چکا ہوں۔ مگر اس میں یہ لازم ہے کہ آپ کو خود کو نئے مثبت پروگرام کے قبول کرنے کے قابل مانیں اس کیلئے خود کو دلیلیں دیں پھر اسے دلی طور پر تسلیم کریں کہ لاشعور اسی چیز کو قبول کرتا ہے جسے ہم دلی طور پر تسلیم کر لیں۔ پھر وہ اس پر بڑی آسانی سے عمل کر لیتا ہے۔

سب سے پہلے آپ اسے لکھیں، پھر فیصلہ کریں۔ اور اس کے بعد عہد کریں کہ آپ نے اس پروگرام کو تبدیل کرنا ہے۔ اسی دن سے آپ تبدیلی کی طرف کامیابی سے چل پڑیں گے۔

اپنی اہم ترین عادات کا بغور مشاہدہ کریں جس بھی عادت میں آپ کو کمزوری نظر آئے اسے درست کریں۔

آپ کی بیشتر ایسی عادات ہو سکتی ہیں جن میں بہتری کی ضرورت ہوگی۔ آپ انہیں اپنی قسمت سمجھتے رہے ہیں جبکہ درحقیقت یہ آپ کی عادات ہی تھیں۔

مثلاً مجھے لوگ پسند نہیں کرتے، میں ذہین نہیں ہوں، میرا ہر کام بڑی مشکل اور محنت کے بعد ہوتا ہے، میں فلاں چیز سیکھنے میں کمزور ہوں وغیرہ وغیرہ۔

اب اس میں ذہن کو نئے پروگرام دینے میں آپ نے صحیح اور مناسب الفاظ کا استعمال بھی کر سکتے ہیں۔ یہ NLP (Neuro Linguistic Programming) کا حصہ ہے۔

صحیح لفظ یہ نہیں ہے کہ لوگ مجھے پسند نہیں کرتے بلکہ یہ سوچیں کہ میں روز بروز لوگوں میں ہر دلعزیز ہو رہا ہوں۔

اسی طرح میں ذہین نہیں ہوں کی بجائے آپ اگر یہ سوچیں کہ میں ذہین ہوں بلکہ زیادہ مناسب لفظ یہ ہے کہ میں روز بروز زیادہ سے زیادہ ذہین ہوتا جا رہا ہوں۔ اسمیں اہم بات یہ ہوتی

ہے کہ آپ نے اس جملے کو اس طرح بنانا ہے کہ آپ مشکل کے حل کی طرف جائیں اسی طرح اگر آپ یہ کہیں گے کہ میں ذہین ہوں تو یہ جملہ ذہن میں ساکت رہنے کا تصور پیدا کرتا ہے۔ اسی

طرح میں روز بروز زیادہ ذہین ہوتا جا رہا ہوں حرکت اور مسلسل ترقی کا بتا رہا ہے۔



## یادداشت

بہت سے لوگ خرابی یادداشت کا گلہ کرتے نظر آتے ہیں حالانکہ حقیقت یہ ہوتی ہے کہ ہماری یادداشت خراب نہیں ہوتی بلکہ ہماری پروگرامنگ کی پروگرامنگ خراب ہوتی ہے۔

جب ہم یہ سوچتے ہیں کہ ہماری یادداشت فلاں معاملے میں کمزور ہو گئی ہے جیسے مجھے سنے ہوئے واقعات یا نام بھول جاتے ہیں تو پھر آپ اپنے ذہن میں جتنی بار یہ سوچ دہراتے ہیں یہ دہرائی جانے والی سوچ آپ کی یادداشت کے پروگرام پر ہتھوڑے کی طرح برس کر اپنے پہلے سے خراب کیے ہوئے پروگرام کو لاشعور میں مزید گہرا دھندلاتی ہے۔

اسی طرح اگر آپ یہ سوچیں کہ آپ کی یادداشت بہتر ہوتی جا رہی ہے تو ہر بار ایسا سوچنا آپ کی یادداشت کو بہتر کرتا چلا جائے گا۔ پھر ایسا سوچنا آپ کی عادت بن جائے گی اور آپ کی یادداشت بہتر سے بہتر ہوتی چلی جائے گی۔

ہماری یادداشت صرف عمر کے آخری دو تین سالوں میں خراب ہوتی ہے جب انسان کے قوی بالکل ضعیف ہو جاتے ہیں۔ اس عمر سے پہلے صرف آپ کی پروگرامنگ ہی خراب ہوتی ہے۔

ہماری یادداشت ہماری ذہانت میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ بلکہ اس کے کمزور ہونے کی صورت میں انسان اپنی خود اعتمادی بھی کھونے لگ پڑتا ہے۔ خراب ہوئی یادداشت کو صحیح کرنا مشکل نہیں ہوتا مگر اس کام کیلئے آپ کو اپنی یادداشت کے کام کرنے کا طریقہ معلوم ہونا چاہیے۔ یہ طریقہ عام طور پر اس طرح ہے کہ یادداشت کے دو حصے ہوتے ہیں ان میں سے ایک عام حصہ ہے جس میں یہ ایسی چیزیں جمع کرتا ہے جو اس نے رات کو بھلا دی ہیں۔

مثلاً آپ نے کہیں پر بسکٹ کھایا تو یہ کوئی اہم یا ضروری چیز نہیں ہے۔ یادداشت اسے کم اہم حصہ میں رکھ کر رات کو یاد دوسرے دن بھلا دے گی، لیکن اہم سمجھنے والی باتوں کو یہ دوسرے حصے میں رکھتی ہے جہاں یہ باتیں چند ہفتوں

تک یاد رہتی ہیں۔ اور اس دوران اگر انہیں دوبارہ یاد کیا جاتا ہے تو یہ پھر سے مستعد یا ایکٹو ہو جاتی ہیں۔ اور ہمیں مستقل طور پر یاد رہ جاتی ہیں۔

لیکن جب ہم اپنی کسی چیز سے متعلق یادداشت کو خراب کر لیتے ہیں تو پھر یہ اہم باتیں بھی ہمیں دوسرے دن تک بھول چکی ہوتی ہیں۔ بلکہ کچھ معاملات میں آپ اپنی اسی پروگرامنگ کو سوچ کی طاقت دے کر اتنا خراب کر لیتے ہیں کہ یہ اہم باتیں آپ کو چند لمحوں میں بھول جاتی ہیں۔ جیسے کسی نے آپ کو اپنا نام بتایا تو بہت سے لوگوں کو یہ سننے کے چند سیکنڈز میں ہی بھول جاتا ہے۔

اس کا حل یہ ہے کہ آپ اس عادت کی تبدیلی کا فیصلہ کر کے اسے لکھ کر کسی ایسی جگہ پر رکھ دیں جہاں آپ اسے وقتاً فوقتاً دیکھتے رہیں۔ اس کے بعد جب بھی آپ کوئی نیا نام سنتے ہیں تو پھر اس شخص کو دو تین بار اس کے نام سے بلانا ہے۔ پھر جاتے وقت اس کا نام لیکر اسے خدا حافظ کہنا ہے کہ ”عباس صاحب“ خدا حافظ۔

پھر لازماً اگلے دو گھنٹے کے اندر اندر اس نام کو دوبارہ یاد کرنا ہے۔ چند بار ایسی پریکٹس کے بعد آپ کو نام کبھی نہیں بھولیں گے۔ اسی طرح رات سونے سے پہلے آج یاد کیے گئے نام یا واقعے یا کچھ بھی یاد کر لیں تو پھر وہ یادداشت کے ایکٹو حصے میں آ جاتے ہیں۔

اس طرح کرنے کے بعد چند ہفتے کے اندر ہی آپ کی یادداشت اس معاملے میں دوبارہ صحیح کام شروع کر دے گی۔ اسمیں ایک دلچسپ بات یہ بھی ہے کہ کسی ایسی پرانی خراب شدہ عادت کو صحیح کرنے میں خواہ مخواہ زور لگانے اور خصوصاً جھنجھٹا ہٹ میں آنے کی صورت میں یہ پروگرام بجائے تبدیل ہونے کے الٹا الجھتا ہی جاتا ہے۔ خواہ مخواہ زور لگانا چھوڑیں تو یہ پروگرام با آسانی تبدیل ہو جایا کرتا ہے۔ ذہنی طور پر ریلیکس ہو کر ایسا سوچیں تو انشا اللہ اسمیں جلدی اور مکمل کامیابی ہوگی۔

یہ چیز آپ نے اپنے اہم ترین یادداشت کے پروگراموں میں اسی طرح استعمال کرنی ہے۔



## I.Q اور E.Q

عام زندگی میں کامیابی کیلئے لوگ پہلے کسی کی ذہانت کو ہی معیار بناتے تھے اور عام ذہانت کے ناپنے کا پیمانہ I.Q. یعنی (Intellectual Quantum) کہلاتا ہے۔ مگر نفسیات دانوں کے تجربات میں یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ زندگی میں کامیابی کیلئے I.Q. سے زیادہ E.Q. یعنی (Emotional Quantum) (جذباتی ذہانت) کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ جذباتی ذہانت انسان کے ریلیکس رہ کر کسی چیز کے کرنے، کسی چیز سے نہ ڈرنے اور خود اعتمادی وغیرہ پر مشتمل ہوتی ہے۔ جن لوگوں میں یہ صفات نہ ہوں کتنے ہی ذہین کیوں نہ ہوں وہ بہت سے اہم معاملات خصوصاً جہاں فوری فیصلہ وغیرہ کرنے کی ضرورت ہوتی ہے اس میں ناکام ہو جاتے ہیں۔ انسان کو ہر حال میں ریلیکس رہنے اور ہر کام خود اعتمادی کے ساتھ کرنے کی مشق کرنی چاہیے۔ کچھ عرصہ ایسے مشق کریں تو ذہن اس پر چل پڑتا ہے۔

پھر آہستہ آہستہ یہ انسان کی خود کار عادت یا اندرونی شخصیت کا حصہ بن جاتی ہے۔

## کردار میں اولیت چیک کریں

ہماری بہت سی پریشانیاں اس وجہ سے ہوتی ہیں کہ ہمیں جس شے کو کم اہمیت دینی چاہیے اسے زیادہ اور جسے زیادہ اہمیت دینی چاہیے اسے کم اہمیت دیتے ہیں۔ بہت سے لوگ ذہنی طور پر پریشان اس وجہ سے رہتے ہیں کہ ان کے کردار کی اولیت (Priorities) صحیح نہیں ہوتیں۔ جیسے ہمارے کلچر میں شرم کا بڑا عمل دخل ہے۔ اور دنیا کے ہر کلچر میں ایک پیمانہ مقرر کر لیا جاتا ہے جس پر انسان کی شرافت مانی جاتی ہے۔ اور جو اس پیمانے پر پورا نہیں اترتا اسے شرم یا غیرت دلائی جاتی ہے۔

دراصل یہ ہر کلچر کو محفوظ رکھنے کا ذریعہ بھی ہوتا ہے اور اکثر اس کی جڑ میں جہد بقاء بھی ہوتی ہے۔

بہت سے معاملوں میں یہ پیمانہ عجیب و غریب اور بعید عقل تک ہوتا ہے۔ جیسے ہمارے ملک میں جہیز نہ دینے یا پورا نہ دینے کو بہت باعث شرم سمجھا جاتا ہے وغیرہ وغیرہ۔

ہمیں اپنے شرم کے اس معیار کو دین اسلام کے اصولوں پر پرکھنا چاہیے اگر ہم ان اصولوں پر عمل نہ کریں تو پھر ہمیں شرم کرنی چاہیے ورنہ نہیں۔

اسی موضوع پر ساحر لدھیانوی لکھتا ہے

نیک مادام بہت جلد وہ دور آئے گا

جب ہمیں زیست کے ادوار بدلنے ہوں گے

آپ کی عزت کی قسم اپنی ذلت کی قسم

ہمیں عظمت کے معیار پر کھنکھن ہوں گے

اسی طرح ہم میں سے بہت سے لوگوں نے عجیب و غریب قسم کا اپنے کردار کی اولیت کا



پیمانہ بنایا ہوتا ہے۔ جیسے بہت سے لوگوں نے شرم کو ہی اپنی اولیت بنایا ہوتا ہے۔ یہ ضرورت سے زیادہ حساس لوگ ہوتے ہیں ایسا شخص ہر بات ہر معاملے میں یہی سوچتا رہتا ہے کہ وہ کسی کو شرمندہ نہ کرے اور کوئی اسے شرمندہ نہ کرے۔ وہ ہر ایک کو خوش رکھنے کی کوشش میں لگا رہتا ہے۔

اس میں پہلی بات تو بہت ہی معقول ہے گو اس پر ضرورت سے زیادہ توجہ دینا زندگی کو خاصا مشکل کر دیتا ہے کہ ایسا شخص کوئی بھی بات کرنے سے پہلے کئی بار یہ سوچتا ہے کہ اس کی بات کسی کو تکلیف نہ دے اور وہ سارا سارا دن کوئی بات ہی نہیں کرتا کہ اگر غلطی ہو جائے تو وہ سارا دن ادا اس رہے گا۔

پھر ایسے شخص سے اگر کوئی تھوڑی سی ایسی بات کرے جو اسے بری لگے تو وہ سارا دن ادا اس رہتا ہے۔ دراصل ایسے شخص نے اپنے حفظ عزت کو ضرورت سے زیادہ حساس بنا لیا ہوتا ہے۔ یہ چیز خوشی کی سب سے بڑی دشمن ہے۔ پھر یہ شخص ایسی ہی باتیں سوچا کرتا ہے اور انسان جو بھی سوچیں کچھ عرصہ ذہن میں گھمائے ذہن کو اس کی ہی عادت ہو جاتی ہے۔ اس کا حل یہ ہے کہ مستقبل میں جب بھی ایسی سوچ آئے اسے شروع میں ہی ذہن سے جھٹک دیں۔ ہر کمزور یا بری عادت اسی طرح ختم کی جاسکتی ہے۔ جو شے آپ کو بری لگے اگر آپ اسے پہلی بار سوچیں تو بری لگے گی دوسری بار سوچیں تو وہ زیادہ بری لگے گی اور تیسری بار سوچنے پر مزید بری لگے گی۔ اس کا علاج یہ ہے کہ ایسی سوچ کو شروع میں ہی ختم کر دیا کریں ”نئے جوان ہونے والے بچے بھی اپنی غلط عادات کو اسی طرح کنٹرول کر سکتے ہیں“۔

ہم مسلمانوں کو اپنی اولیت کا پیمانہ پہلے نمبر پر اپنی شریعت پر عمل کو رکھنا چاہیے یعنی یوم آخرت کی تیاری۔ مگر اس کے بعد صحت اور خوشی کو سب سے زیادہ اہمیت دینی چاہیے۔

اس کے بعد ہمارے مالی معاملات ہونے چاہئیں کہ ہمارے ملک میں مالی معاملات صحیح نہ ہوں تو گھر تک میں جھگڑا ہی ختم نہیں ہو پاتا اور خوش رہنا ممکن نہیں رہتا۔

اس کے بعد اپنے خاندانی معاملات کو اہمیت دینا ضروری ہے۔ گو یہ بھی شریعت کا ہی

حصہ ہے۔

پھر خود زندگی کو سیکھنا (شعور حاصل کرنا) اور دوسروں کو سکھانا بہت دلچسپ چیز ہو سکتا ہے۔ آپ کسی ایک مخصوص شعبہ زندگی کی نالچ کو بھی لے سکتے ہیں۔

اکثر لوگوں نے اپنی سیکورٹی (مالی ضرورت) کو سب سے پہلے رکھا ہوتا ہے۔ اسی چکر میں وہ ہر ایک پیسہ جو ہے کی طرح بھاگ بھاگ کر اپنے بل میں جمع کرتے رہتے ہیں اور ایک پیسہ بھی خرچ نہیں کرتے۔

اسی پر سلطان باہو کا شعر ہے

دین لکیاں دمڑی نہ دیویں

لین لکیاں لچھٹ شیاں ہوں

(دیتے وقت تو دمڑی بھی نہ دیتے ہو اور لیتے وقت شیر کی پھرتی اور طاقت سے جھپٹتے ہو)

ایسے لوگ اکثر کچھ نہ کچھ روپیہ، پیسہ اور جائیداد وغیرہ پس انداز کر لیتے ہیں۔ مگر خود ساری عمر سخت کنجوسی میں اور اسی وجہ سے لوگوں کے تمسخر کا نشانہ بنتے ہیں اور خود غربت کے ڈر ہی میں وقت گزارتے ہیں۔ اور آخر کار ان کی اولاد میں سے ہی کوئی اس پس انداز کئے ہوئے سرمائے کا صحیح یا اکثر غلط استعمال کرتا ہے۔ زیادہ کنجوسی میں پٹی ہوئی اولاد ساری عمر کمپلیکسز سے باہر نہیں نکل پاتی۔

ڈر کے بغیر ہی زندگی کا اصل لطف آتا ہے۔ ڈر کو ختم کرنا ہی روحانیت اور دین کا اہم ترین مقصد ہے۔ اسی لئے دین اسلام میں حکم ہے کہ صرف اللہ (یعنی روز جزاء کے دن اعمال کے حساب و کتاب) سے ڈریں۔



## ہنسی مزاح

جون 2007ء کا ذکر ہے کہ میں ایمسٹرڈیم (ہالینڈ) میں نیون ڈانک سٹریٹ میں اپنی دوکان کے باہر کھڑا تھا۔ کہ ایک نوجوان ڈچ لڑکی نے مجھ سے کپڑوں کی ایک مشہور دوکان کے بارے میں پوچھا کہ وہ کس طرف ہے۔

میں نے مذاق کرتے ہوئے کہا کہ عورت ہو کر بھی تمہیں لیڈیز فیشن کی اس دوکان کا پتہ معلوم نہیں ہے؟

وہ کہنے لگی ”میں اتنی زیادہ شاپنگ کی شوقین نہیں ہوں“ میں نے تہقہ مار کر کہا ”پھر تو تم عورت ہی نہیں ہو۔ کہ اگر تم کسی عورت کو اگر ایک ملین یورو دے کر ایک ہفتے کیلئے کہیں باہر چلے جاؤ تو واپسی پر تم گھر کو ہر طرح کی فضول اور اوٹ پٹانگ چیزوں سے بھرا ہوا پاؤ گے۔ صرف ایک چیز گھر میں نہیں ہوگی۔ کاغذوں کے وہ فضول سے پرزے جن پر بھدے اور بد صورت سے لوگوں کی تصویر بنی ہوئی ہے (یعنی کرنسی نوٹ)“

یہ سن کر وہ عورت بڑی زور سے ہنسی اور پھر ہنستی ہوئی میرے بتائے ہوئے راستے پر چلی گئی۔

میری بات شاید اتنی مزاحیہ نہیں تھی لیکن اس کا مزاحیہ پہلو وہ تہقہ مار کر بات کرنا ہی تھا۔ جو بات بھی تہقہ سے شروع ہو وہ کئی گنا مزاحیہ بن جاتی ہے۔

نائن الیون کے بعد ہالینڈ کے پولیس والے جو میری دوکان کے پاس سے گزرتے تھے۔ ایک دن مجھ سے دھماکوں وغیرہ کے متعلق باتیں کرتے ہوئے پوچھنے لگے کہ اسلام اور عیسائیت میں کیا فرق ہے؟ میں نے انہیں بتایا ”کہ حضرت عیسیٰ کے فرامین پر ہم بھی اسی طرح عمل کرتے ہیں جیسے آپ لوگ۔ مثلاً آپ کا فرمان ہے کہ اگر کوئی ایک گال پر تھپڑ مارے تو اس لئے

دوسری گال بھی آگے کر دو۔ ہم بھی اسی طرح دوسری گال آگے کر دیتے ہیں۔ لیکن اگر کوئی اس گال پر بھی تھپڑ مارے تو پھر ہم اس کا ہاتھ توڑ کر اپنی جیب میں ڈال لیتے ہیں۔ تاکہ وہ ناہنجار ایسی خلاف انسانیت حرکت دوبارہ کسی دوسرے کے ساتھ کر ہی نہ سکے۔ اسی طرح ایک دن ایک لڑکی اپنی کھوئی ہوئی لال اور سفید رنگ کی چھوٹی سی بلی کا پوچھنے لگی کہ کیا میں نے اسے کہیں دیکھا ہے؟ تو میں نے اسے جواب دیا کہ ہاں دو آدمی ایسی بلی کو اٹھا کر لیجا رہے تھے وہ دونوں آدمی چینی تھے اور بڑے خوش نظر آ رہے تھے۔ یہ کہہ کر تھوڑی دیر کے بعد میں بڑے زور سے ہنس پڑا۔

اس پر شروع میں تو اس نے بڑا برا سامنہ بنایا پھر وہ ہنس کر کہنے لگی کہ یہ تو میرے لئے بہت بر انداز ہے۔

میں 28 اگست 2007ء کو پاکستان آنے کیلئے پہلے KLM ایرلائنز کے ساتھ پیرس آیا وہاں سے PIA کے جہاز پر بیٹھ کر اسلام آباد آنا تھا۔ میں نے پیرس پہنچنے کے بعد اسلام آباد کے لئے چیک ان کیا۔ اندر جانے کے تھوڑی دیر بعد میں ایک گیٹ کے پاس سے گزر کر اندر جانے لگا تو وہاں کھڑے ہوئے ایک الجزائر فری فریج پولیس والے نے مجھے روک لیا۔ اور کہنے لگا ”کیا میں تمہارا پاسپورٹ دیکھ سکتا ہوں“ میں نے اسے کہا کہ ”میں پیچھے بھی پاسپورٹ دکھا کر ہی اندر آیا ہوں۔ مگر تم کہتے ہو تو دوبارہ دکھا دیتا ہوں۔ ویسے بھی جہاز کا انتظار کرنا پڑتا۔ تم تو میرا وقت گزارنے میں مدد دے رہے ہو۔“

اسے اپنا ڈچ پاسپورٹ دکھایا تو وہ کہنے لگا ”کہاں جا رہے ہو؟“ میں نے کہا کہ اسلام آباد۔

وہ کہنے لگا ”ہالینڈ میں کہاں پر رہتے ہو اور کیا کرتے ہو؟“ میں نے ایمسٹرڈیم شہر کا پتہ بتایا اور اپنا پیشہ کاروبار بتایا۔ وہ مسکرا کر کہنے لگا ”ایمسٹرڈیم میں کافی شاپ تو نہیں ہے تمہاری؟“ میں نے ہنس کر کہا ”میں چرس پنی 13 سال پہلے بند کر چکا ہوں“ میں اس کے سوال کا مطلب سمجھ چکا تھا کہ کافی شاپ میں تو کافی وغیرہ پی جاتی ہے۔ مگر ایمسٹرڈیم میں کافی شاپ کا



مطلب یہ ہے کہ یہاں ہر قسم کے نشے، چرس، گانچا اور کئی قسم کے ہلکے نشے سب ملتے ہیں (بلکہ بھاری نشے یعنی ہیروئین، کوکین بھی اگر کوئی خریدنا چاہے تو وہ کافی شاپ والے دائیں بائیں سے خرید دیتے ہیں۔ گو قانونی طور پر اجازت صرف ہلکے منشیات کی ہی ہے)۔ ایکسٹریڈیم اس معاملے میں پورے مغرب میں بری طرح بدنام ہے۔ اور ایکسٹریڈیم کا نام سنتے ہی سب ملکوں والے ہمارے سامان کی تلاشی شروع کر دیتے ہیں۔ اس معاملے میں اکثر ہم ایکسٹریڈیم والوں کے ساتھ اچھوتوں کا سا سلوک کیا جاتا ہے۔

وہ پولیس والا پوچھنے لگا ”تمہارے پاس کتنے پیسے ہیں۔ کیا دس ہزار یورو (سفر میں رقم کی حد اجازت) سے زیادہ رقم ہے؟“ ”میں نے ہنس کر کہا کہ اگر میرے پاس زیادہ ہوتی تو تم مجھے سفر کرتے نہیں بلکہ دوسرے مزے کرتے ہوئے دیکھتے۔“ بہر حال میں نے جیبوں میں سے ہر شے نکال کر اسے دکھائی وہ پیسے وغیرہ چیک کر رہا تھا کہ میں نے قبضہ مار کر اس کے ساتھ کھڑی پولیس کی نوجوان فرینچ لڑکی کی طرف اشارہ کر کے کہا ”یہ بڑی خوبصورت ہے کیا یہ میرے ساتھ کچھ دیر کافی وغیرہ پینا پسند کرے گی؟ کہ میرے پاس ابھی کچھ وقت ہے“ وہ ہنس کر اس لڑکی سے پوچھنے لگا کہ یہ تمہارے ساتھ کافی پینا چاہتا ہے۔ تو وہ گھبرا سی گئی اور کچھ شرما کر بولی ”نہیں میں ڈیوٹی پر ہوں“

میں نے ہنس کر کہا ”میں فلائیٹ مس کر لوں گا تم کتنے بجے ڈیوٹی سے فارغ ہو گی؟“ وہ ہنس کر کہنے لگی ”ہمیں اجازت نہیں یہ بتانے کی۔“

اس پر وہ پولیس والا مسکرا کر کہنے لگا ”تم بڑے مزاحیہ ہو۔ میں نے کہا ”اگر کوئی چوائس نہ ہو تو جو وقت بھی ہنس کھیل کر گزر گیا وہی غنیمت ہے۔ وقت تو گزر رہی جاتا ہے۔ گلے پڑا ڈھول بھی ہنس کر ہی بجانا چاہیے۔“ وہ کہنے لگا ”تمہاری زندگی کے بارے میں رویہ بڑا فنی ہے مجھے بہت پسند آیا ہے“ اس دوران وہ چیکنگ سے فارغ ہو چکا تھا۔ میں نے اپنے کاغذات اور پیسے اٹھائے اور اس سے پوچھا۔ کہ پیسے پورے ہیں کہیں اس نے کوئی پاس تو نہیں رکھ لئے؟ اور قبضہ مار کر اسے

خدا حافظ کہا اور پولیس والی کی طرف دیکھا تو وہ کچھ شرمائی ہوئی نظریں چرا رہی تھی۔ میں اپنا بیگ اٹھا کر جہاز کی طرف چل پڑا۔

ہندو پاک میں پیروارث شاہ کا قصہ ہیرا نجھرا بڑا مشہور ہے۔ گو یہ دلچسپ بھی ہے اور متنازعہ بھی۔ اس قصے سے متعلق ایک دو لطیفے آپ بھی سن چکے ہوں گے۔

میرے بڑے بھائی کرنل ظفر اقبال نے ریٹائرمنٹ کے بعد اپنی کنسٹرکشن کمپنی بنائی اور کچھ ٹھیکے ضلع ساہیوال میں بھی لئے۔ 2006ء میں وہ ساہیوال کے ایک گاؤں نور پور کھیرا میں گئے۔ اپنی فوج کے دوست کرنل شان الاسلام آفریدی کے ساتھ وہاں بیٹھے ہوئے انہیں یاد آیا کہ قصہ ہیرا نجھرا میں اس گاؤں کا ذکر انہوں نے بچپن میں سنا تھا۔

انہوں نے وہاں ساتھ بیٹھے ہوئے ایک وہاں کے رہائشی باشندے سے پوچھا ”کیا ہیرا اسی گاؤں میں بیاہ کر آئی تھی؟“

تو وہ بجائے جواب دینے کے دوسری طرف دیکھنے لگ پڑا۔

ظفر بھائی نے دوبارہ پوچھا تو وہ جلدی سے اثبات میں سر ہلا کر پھر برا سامنہ بنا کر دوسری طرف دیکھنے لگ پڑا۔

میں نے ظفر بھائی سے پوچھا ”وہ آدمی کھسینا کیوں ہو رہا تھا؟ ظفر بھائی کہنے لگے، کہ قصے میں ہیرا نہ صرف خود بھاگی تھی بلکہ ساتھ اپنی نند کو بھی بھاگ کر لے گئی تھی اور وہ لوکل آدمی غالباً کھیروں کا کوئی رشتہ دار ہو گیا کم از کم اس گاؤں کا تو تھا ہی۔“

اسی طرح میرا ایک دوست ایک قصہ سن رہا تھا کہ اس کے دفتر میں جھنگ کا ایک لڑکا ملازم تھا۔ اسے سب کو لیگ چھیڑا کرتے تھے۔ وہ کوئی بھی سیانی بات کرتا تو اسے کہتے تھے ”تم چپ کرو تمہاری تو لڑکی بھاگ گئی تھی“ وہ اس پر بڑا چڑا کرتا تھا۔ ایک دن دفتر کے آفیسر کو بھی دل لگی سو جھی۔ اس نے اس لڑکے کو بلا کر پہلے حال چال پوچھا، پھر کہنے لگا تم کے کہاں کے رہنے والے



وہ کہنے لگا جھنگ کا۔ تو افسر اس سے فوراً کہنے لگا ”اوائے تمہاری تو لڑکی بھاگ گئی تھی۔ وہ غریب پہلے ہی سخت چڑا ہوا تھا جل کر کہنے لگا ”لڑکی بھاگ گئی تھی وہ تو خیر تھی اور پھر وارث شاہ کی ماں کو گالی دی کہ بیٹھ کر ڈھول اسی خبیث نے پیٹا ہے۔“

حافظ غلام مرتضیٰ قصوری کے دو شاگرد تھے ایک کا نمابلیھے شاہ تھا دوسرے کا نام وارث شاہ تھا۔

پیر صاحب دونوں سے سخت ناراض تھے کہ ان میں سے ایک طبلے سارنگی لے کر کجری کے کوٹھے پر جا بیٹھا تھا۔ دوسرا ہیر کو ”مسخر“ کرنے میں لگا ہوا تھا۔

ہیر رانجھے سے متعلقہ اسی طرح کی بے شمار کہاوئیں اور کئی ایک لطیفے پاکستان میں پھیلے ہوئے ہیں۔ اصل قصہ جو تحقیق سے معلوم ہوتا ہے اور قدرت اللہ شہاب (جو ڈی سی جھنگ بھی رہے تھے) نے بھی اسی طرح بتایا ہے۔

بلال زبیری نے تاریخ اولیائے جھنگ میں لکھا ہے کہ سکندر لودھی کے زمانے میں جھنگ کے علاقے میں ریاست مگھیانہ تھی۔ ہیر اس ریاست کی وارث تھی۔ وہ ایک بہت نیک اور عابد خاتون تھی۔ رانجھا اس کا ایک دس سالہ ملازم اور شاگرد تھا۔ ہیر کے رشتہ دار اس کی پڑوسی ریاست پنج ہزاری کے سربراہ تھے۔ انہوں نے بادشاہ وقت کو بھڑکانے کے لیے الزام لگایا کہ مائی ہیر کے رانجھے کے ساتھ تعلقات ہیں۔

سکندر لودھی خود مائی ہیر کا عقیدت مند تھا وہ سن کر پھر گیا۔ اس نے کہا کہ ”میں خود جاکر ان خبیثوں (پنج ہزاری والوں) کا بندوبست کرتا ہوں۔“

اس پر پنج ہزاری والوں نے بڑی منت سماجت کر کے اپنی جان بخشوائی۔ جس دن مائی ہیر کی وفات ہوئی اسی دن غم میں رانجھا بھی فوت ہو گیا۔

ہیر رانجھا کا عاشقانہ قصہ کچھ روایتوں کے مطابق سب سے پہلے اکبر بادشاہ کے دور میں سنایا گیا تھا۔ جبکہ پیر وارث شاہ کا دور خاصے بعد کا ہے۔

اصل بات کیا ہوتی ہے اور لوگ اسے کیا بنا دیتے ہیں۔ بات کا بنگلڑ بنانا تو اسے ہی کہتے ہیں۔

سیالوں نے اسی وجہ سے فلم ہیر رانجھا کو جھنگ میں نہیں چلنے دیا تھا۔ قلندر یہاں جل کر کہہ رہا ہے ”یہ ایک انسانی فطرت ہے کہ ہم کسی کی تعریف پسند نہیں کرتے اور ہم پاکستانی تو اسی خباثت کی وجہ سے بیٹھ کر اپنے ہیروز (Heroes) تک کو کھرچتے رہتے ہیں (در اصل اپنے حسد کی وجہ سے) اور اس میں کوئی نہ کوئی خامی یا کمزوری ڈھونڈ ہی لیتے ہیں اور پھر بیٹھ کر اس کا ڈھول پیٹتے ہیں۔“



## غربت اور انصاف

میں اپنی پہلی دونوں کتابوں میں نظام انصاف بلکہ رول آف لاء پر کافی کچھ لکھ چکا ہوں۔ یہاں صرف کچھ تشریح کرنا چاہتا ہوں۔

پچھلی کتابوں میں واضح طور پر لکھا ہے کہ جب تک ہمارے ملک میں انصاف نہیں آئے گا کوئی اکیلی چیز بھی صحیح نہیں ہوگی۔ چاہے دو ہزار سال باقی سب چیزیں ایک ایک کر کے پوری طرح صحیح کرتے رہیں انصاف کے بغیر سب بیکار ہے۔ اور اگر ہمارے ملک میں انصاف سستا اور فوری نہ ہو تو ہم ایک اور بہت بڑے پھندے میں پھنس جائیں گے۔ بلکہ صحیح الفاظ مفت اور فوری انصاف کے ہیں۔ پھر ہمارے 95% مسائل حل ہو جائیں گے۔ اور باقی 5% کا بھی حل نکل آئے گا۔ اور یہ انصاف صرف اسلامی نظام ہی دے سکتا ہے۔

لوگ تعلیم کے نہ ہونے کو ہماری ترقی نہ ہونے کا سبب گردانتے ہیں۔ سری لنکا میں شرح تعلیم 99% ہے۔ وہاں پر انصاف نہ ہونے کی وجہ سے ان کی ترقی صفر ہی ہے۔ دراصل امن و امان کی بحالی کسی بھی ملک کی ترقی کی پہلی شرط ہوتی ہے۔ قانون کی حکمرانی نہ ہو تو پھر امن و امان برقرار رکھنے کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ پھر ہر طرح کی لاقانونیت ہوتی ہے اور ایسے ملک میں کوئی بھی پیسے والا ٹکنا پسند نہیں کرتا۔ پھر لوگ اپنی جان اور مال کی حفاظت سب سے پہلے دیکھتے ہیں۔

فرقہ داریت کی وجہ بھی یہی انصاف کی عدم فراہمی ہے کہ چھوٹے موٹے غنڈوں یا بد معاشی کے چھوٹے ”شوقینوں“ کو پولیس والوں نے قتل ہی بنایا ہوتا ہے۔ کہ جب بھی علاقے میں کوئی واردات ہوتی ہے۔ پولیس والے انہیں خواہ مخواہ ہی دھر کر لے جاتے ہیں اور ان کی ”خاطر تواضع“ کرتے ہیں۔ یہ سب لوگ پولیس سے بچنے کے لئے فرقہ وارانہ جماعتوں (سپاہ

صحابہ یا سپاہ محمد) وغیرہ میں گھس آتے تھے۔ ان جماعتوں میں شمولیت کے بعد پولیس والے انہیں دیکھتے ہی منہ دوسری طرف پھیر لیتے تھے یا پھر سیلوٹ مارا کرتے تھے۔

صوبہ داریت یا لسانیت کی وجہ بھی یہی ہے کہ جب لوگوں کو انصاف نہیں ملتا ہے تو وہ کسی بھی قریبی جماعت میں خود کو شامل کر کے محفوظ کر لیتے ہیں۔ اور انصاف کی غیر موجودگی میں ہر کمزور حکومت ان صوبہ داریت یا لسانیت والی جماعتوں کو سپورٹ کرنے میں لگی رہتی ہے۔ ہمارے ملک میں پچھلی کئی حکومتوں میں اسی طرح ہو رہا ہے۔ کسی بھی کرپشن کو انصاف کی غیر موجودگی میں روکنا ناممکن ہے۔

پاکستان میں ضرورت سے ڈیڑھ گنا غلہ پیدا ہوتا ہے جو بیرون ملک سمگل ہو جاتا ہے۔ غریبوں کو حکومت یوٹیلٹی سٹور وغیرہ میں جو سستی اشیاء دیتی ہے ان کی بہت بڑی مقدار دوکاندار ہی کچھ فالتو پیسے دے کر لے جاتے ہیں۔ اوپر بیان کردہ دو چیزوں کو انصاف کی غیر موجودگی میں روکنا ناممکن ہے۔

غربت کو روکنے یا کسانوں کو کھانے پینے کی چیزوں پر جو رعایت (سبسڈی) گورنمنٹ دیتی ہے۔ اسے بھی سیاستدان اور انتظامیہ والے ہی کھا جاتے ہیں۔ اور وہ صحیح ہاتھوں میں نہیں پہنچ پاتی۔

جگہ جگہ پر ٹوٹی پھوٹی گلیاں اور سڑکیں یہ بتا رہی ہیں کہ ان کا میٹریل صحیح نہیں تھا۔ وجہ کرپشن ہی تھی۔

انصاف کی غیر موجودگی کی وجہ سے ہی ٹیکس کو لیکشن نہیں ہو پاتی جو کہ کسی بھی ملک کی آمدنی کا سب سے بڑا ذریعہ ہوتی ہے۔

اسٹیل مل بیچ دینا یا ماضی میں گوادری پورٹ تک کو کوڑیوں کے مول بیچ دینے کی پوری کوشش کی گئی جس میں اسٹیل مل کو عدالت نے اور گوادری پورٹ کو فوج اور چین نے ہی بیچا یا تھا۔ رول آف لاء کی عدم موجودگی میں ایسی کوششیں ہمیشہ ہوتی رہیں گی۔



انصاف کی عدم موجودگی میں پاکستان میں مجرم اور ظالم اتنے بااثر ہو چکے ہیں۔ کہ مظلوم کی مدد کرنا بھی بڑا مشکل ہو گیا ہے۔ مثلاً میں دیکھ رہا ہوں کہ کوئی ظالم کسی کمزور کے ساتھ ظلم کر رہا ہے۔ میں اسے روکنا چاہتا ہوں مگر ہوگا کیا کہ اس ظالم کے محافظ تھانہ کچہری اس کی مدد کے لئے ہر وقت تیار ہیں۔

وہ ظالم مجھے بھی تھانے لے جائے گا اگر میں بچ بھی گیا تو تھانے کچہری کو پیسے دینے اور غالباً چھ ماہ سال عدالتوں کے پھیرے لگانے پڑیں گے۔

اسی طرح ایک دن مجھے کسی نے بتایا کہ ایک ادھیڑ عمر عورت دوپہر کے وقت بے ہوش پڑی تھی اور ساتھ نوجوان لڑکی کھڑی تھی۔

لوگ گزر رہے تھے کوئی ان کی مدد نہیں کر رہا تھا کسی بے حسی آگئی ہے۔

میں نے اس سے کہا ”لوگ ڈرتے ہیں اگر اس عورت کو لے کر ہسپتال گئے اور وہ مر گئی تو پولیس والے اسے لانے والے کو پکڑ کر کہیں گے کہ تم نے اسے مارا ہے اور اس کی جیبیں خالی کرائیں گے۔ اسی وجہ سے لوگ ایک دوسرے پر اعتبار کرنا تک چھوڑ رہے ہیں۔“

مگر جو لوگ مصیبت زدہ یا مظلوم کی مدد ظالم سے ڈر کر نہیں کرتے وہ درحقیقت مرد مسلمان کی بجائے کافر، شیر کی بجائے ساری عمر گیدڑ کی طرح ڈر ڈر کر زندگی گزارتے رہتے ہیں اور وہ زندگی کے حقیقی لطف سے بڑی دور رہتے ہیں۔

میں نے 2006ء کے شروع میں پرویز مشرف کو اپنی کتاب روحانیت اور شعور زندگی ہالینڈ سے بذریعہ ڈاک بھیجی تھی اور صدر صاحب کو صرف اس میں ایک ہی صفحہ پڑھنے کا کہا تھا۔ جس میں یہ لکھا ہوا تھا کہ اگر پاکستان میں غریب کو کچھ نہ ملا جو کہ انصاف کی عدم موجودگی میں ناممکن ہے۔ تو پھر اس دن کے لئے پاکستان میں ہر امیر آدمی تیار رہے اور وہ دن جس کے بارے میں کہا گیا ہے۔ کہ اگر آپ کے پاس چار روٹیاں ہیں تو آپ ان میں ایک روٹی اس غریب اور بھوکے انسان کو دے دیں جو سامنے خاموش بیٹھا آپ کو دیکھ رہا ہے۔ اگر آپ وہ ایک روٹی نہیں

دیں گے تو پھر نہ وہ چار روٹیاں رہیں گی اور نہ آپ رہیں گے۔

انصاف نہ آیا تو وہ دن ضرور آئے گا۔ پاکستان میں انصاف کی راہ میں وہ کرپٹ اور بااثر لوگ بھی رکاوٹ ہیں جو پچھلی کئی دہائیوں سے پاکستان کو لوٹتے رہے ہیں وہ اپنے مواخذے سے بے پناہ ڈرتے ہیں۔ اب انقلاب ہی اس کا حل رہ گیا ہے اور وہ مجھے دور بھی نہیں لگ رہا۔

ہمارے ملک میں وکیلوں اور جسٹس افتخار چوہدری نے اس معاملے میں بڑی جدوجہد کی ہے۔ خدا انہیں اس راہ پر گامزن رکھے اور کامیابی دے۔

انصاف کے بعد اہم ترین چیز امن امان ہے۔ پھر خود بخود ہی ترقی ہونے لگ پڑتی ہے۔ مالی ترقی کے بعد وہاں بڑے چور نشیرے ملک (جیسے عراق میں امریکہ) لوٹنے پہنچ جایا کرتے ہیں۔ اس لئے اس کے بعد دفاع لازمی ہو جاتا ہے۔ جو کہ پاکستان میں ایٹم بم کی صورت میں موجود ہے۔

پھر ہمیں تعلیم چاہیے۔ کتابی طور پر عدلیہ، انتظامیہ اور مقننہ کو حکومت کے تین ستون کہا جاتا ہے۔ مگر اوپر بیان کردہ تین چیزیں ہی اہم ترین ہیں۔

قانون کی بالادستی ملک کو چلانے اور تعلیم آپ کے سسٹم کو چلانے کیلئے سرمائے کی فراہمی (سائنس و حرفت، مینوفیکچرنگ اور ڈیفنس) تک کیلئے ضروری ہوتی ہے۔ مگر قانون کی بالادستی کے بغیر تعلیم تو کیا اگر سارے ملک کے لوگ پی ایچ ڈی بھی کر لیں۔

ساری دنیا کا پیسہ اور ساری دنیا کے پہاڑ بھی سونے کے بن جائیں تو وہاں الو ہی بولتے ہیں۔ وہاں کچھ بھی محفوظ نہیں رہا کرتا۔ لوگ ایک دوسرے پر اعتبار کرنا چھوڑ دیتے ہیں۔ ان کا کردار بھی گرنے لگ پڑتا ہے۔ حتیٰ کہ بھائی کے ہاتھ میں بھائی کا گریبان ہوتا ہے اور بھائی کی گردن توڑنے کے لئے باہر سے مدد مانگی جاتی ہے۔ بعد میں مدد کرنے والا اپنے تھکے ہوئے ساتھی کی بھی گردن توڑ کر اس گھر پر قبضہ کر لیتا ہے۔ ہر ملک میں یہی کچھ ہوتا رہا ہے۔ پاکستان کے بے شمار مسائل ہیں ہر ایک مسئلے کا حل انصاف میں ہی ہے کہ اگر انصاف لے آئیں تو سب کے



سب مسائل حل ہوں جائینگے اور نہ لے آئے تو 2000 سال بھی گزر جائیں آپ تمام کی تمام چیزوں کو صحیح کرتے رہیں مگر انصاف نہ ہو تو پھر ایک چیز بھی صحیح نہیں ہوگی۔ جن صاحب کو بھی اس دعوے پر شک ہے وہ جب بھی چاہیں میرے ساتھ کسی بھی مقام یا ٹی وی پر مباحثہ کر سکتے ہیں۔

باشعور لوگوں میں سے لوگ اگر اوپر جائیں تو اچھے حاکم ثابت ہوتے ہیں وہ ناجائز کسی کو تنگ نہیں کرتے انہیں معلوم ہوتا ہے کہ ٹیڑھی راہ (جھوٹ، فراڈ اور نا انصافی) انہیں کبھی بھی لمبے عرصے کے لئے کامیاب نہیں کرے گی اور نہ ہی انہیں دلی سکون ملے گا۔ اور عاقبت تو خراب ہوگی ہی۔ اللہ ہمارے لیڈروں کو جلد از جلد زندگی کا شعور دے۔

## ذہن فریش رکھنا

روحانیت کا ایک اہم سبق ذہن لائٹ، تروتازہ اور ریلیکس رکھنا ہے۔

ہم نے اپنے ذہن پر بہت سے ایسے کام سوار کئے ہوتے ہیں۔ جو ہمارے ذہن پر بوجھ ہوتے ہیں۔ اگر ہم انہیں اٹھ کر اسی وقت کر لیں تو ہمارا ذہن اس بوجھ سے آزاد ہو جاتا ہے۔ مثلاً آپ نے کسی کو خط لکھنے کا وعدہ کیا اب اسے جھجک رہے ہیں اور ذہن پر یہ دباؤ بھی ہے کہ کہیں کیا ہوا وعدہ ہی نہ بھول جاؤں۔

صحیح طریقہ یہی ہے کہ ابھی اور اسی وقت یہ کام کر لیں آپ کا ذہن الجھنوں سے آزاد ہو جائے گا۔ اسی طرح کسی کو تحفہ لے کر دینا ہے تو ابھی اور اسی وقت جا کر وہ تحفہ لے لیں۔ ہر بولا گیا جھوٹ بھی ذہن پر بوجھ ہوتا ہے۔ اسے یاد رکھنا پڑتا ہے پھر جھوٹ کو چھپانے کے لیے سو جھوٹ بولنے پڑتے ہیں اور جھوٹ پھر بھی جھوٹ ہی رہتا ہے۔ اس سے ہر حال میں بچیں۔

کام کے بعد سستانا مزید کام کیلئے توانائی دیتا ہے۔ اگر آپ کام سے فارغ ہو کر کچھ وقت اپنے من پسند شغل یا ہابی میں صرف نہیں کرتے تو پھر کچھ عرصے کے بعد ہی آپ میں کل کے کام کیلئے مناسب توانائی نہیں ہوگی۔ دن کو سخت جسمانی کام کریں تو طبی طور پر شام کو شطرنج یا بلیئر ڈ کھیلنا (یعنی دماغ کی کنسنٹریشن کے کام) کرنا بڑا مناسب ہوتا ہے اور دن کو دماغی کام کریں تو شام کو جسمانی ورزش (ورزش یا جم وغیرہ) بڑا مناسب اور توازن رکھنے والا شغل ہوگا۔



## دعا کی سائنسی توجیح

امریکہ کے ایک ہسپتال میں بیماروں کے دو گروپ بنائے گئے۔ ایک گروپ کو صرف دوائیاں دی گئیں۔ دوسرے گروپ کو دوائیوں کے ساتھ دعا بھی کروائی گئی۔ نتائج سے معلوم ہوا کہ دعا کرانے والوں میں صحت یابی کی شرح دوسرے گروپ کی بہ نسبت 30 سے 35 فیصد زیادہ تھی۔ دعا کی سائنٹیفک توجیح نہیں کی جاسکی مگر دنیا میں ہر چیز وائبریشن (ارتعاش) کر رہی ہے اور انسانی سوچ کی بھی اپنی وائبریشن ہے۔

دنیا میں ہر چیز کو کرنے اور حاصل کرنے میں انرجی استعمال ہوتی ہے۔ انسانی جسم کی انرجی، یا نور بھی اس میں استعمال ہوتا ہے۔ انسان یہی سوچ کی طاقت اپنے لئے یا کسی دوسرے کے لئے اپنے یقین (Faith) کی طاقت کو استعمال کر کے وہ چیز با آسانی حاصل کر سکتے ہیں۔

گو اس میں گارنٹی نہیں ہو سکتی کہ ہر چیز ملے گی یا نہیں۔ مگر دعا کی طاقت بہر حال کام کرتی ہے۔

## غلط رقم وائبریشن

غلط رقم کی غلط وائبریشن ہوتی ہے یہ رقم جہاں بھی جائے گی وہاں نقصان کرے گی۔ چاہے وہ اس آدمی کے پاس سے چلی جائے یا اسکے دوسرے نقصان کروائے۔ جو کہ ذہنی پریشانی، صحت کی خرابی یا پھر اولاد کے بگڑنے کی صورت میں یا کچھ بھی ہوگی۔ یہ ہر طرح کی بے برکتی لاتی ہے۔

قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے کہ جو ایک روپیہ اللہ کی راہ میں دیتا ہے اسے ستر گنا، سات سو گنا یا اس سے زیادہ واپس ملتا ہے۔ کہ حلال رقم کی اچھی وائبریشن ہوتی ہے۔ جہاں جاتی ہے وہاں جا کر اس کو ستر گنا، سات سو گنا یا اس سے بھی زیادہ تک بڑھتی ہے۔ اس لیے اس سے اس انسان پر اس کی فیملی اور گروپ پر برکت ہوا کرتی ہے۔ ایسے شخص کی زندگی میں خوشی و سکون ہوتا ہے۔ اس کی اولاد بھی صحیح راہ پر رہتی ہے اور بہت ترقی کرتی ہے۔

اور اگر کسی مسلمان کا اپنے رزق حلال پر پختہ اعتقاد ہو تو پھر اسے کسی ”تعویذ“ کی ضرورت نہیں رہتی اور اس کی رقم حقیقت میں ستر گنا، سات سو گنا یا اس سے بھی زیادہ ہو جاتی ہے۔ گوا کثرا سے اس میں کچھ عرصہ صبر کرنا پڑتا ہے۔ دراصل وہ انعام اسے صحیح اور مناسب وقت پر ملتا ہے اور پھر اس کے پاس ہی رہتا ہے۔



## ٹائم مینجمنٹ

بیٹھ کر سوچیں کہ اس وقت آپ کے کرنے کا اہم ترین کام کون سا ہے؟

اپنے کام یا پروفیشن میں اہم ترین اور Productive کام خود کریں۔ کم اہم کام کسی دوسرے مناسب آدمی یا ماتحت کو کرنے کو دیں اور کام کے کچھ غیر اہم حصوں کو ختم کر دینا ہی بہتر ہوتا ہے۔ وقت کم ہو تو اپنے کچھ مشاغل کو ترک کر دینا چاہیے اور اس وقت کو زیادہ فائدہ مند اور زیادہ Productive کاموں میں صرف کرنا چاہیے۔

اپنی زندگی کے مقصد Goal سے متعلقہ کام کا جائزہ لیں آیا اس میں آپ کو پراگریس ہو رہی ہے اور مثبت نتائج مل رہے ہیں۔ ورنہ اپنا لائحہ عمل Strategy تبدیل کریں۔ وقت ضائع مت کریں۔ مگر کچھ لوگ اس چیز میں اس حد تک باریکی میں چلے جاتے ہیں کہ وہ بغیر مطلب کے کسی سے ہاتھ تک نہیں ملاتے۔ یہ انتہائی درجے کا گھٹیا پن ہے، یہ بے وقوفی کے زمرے میں بھی آتا ہے۔ یاد رکھیں ایسے لوگوں کو کوئی بھی پسند نہیں کرتا۔ ذہین اور کامیاب لوگ اپنی بات مناسب موقع پر کرتے ہیں اس سے پہلے وہ اسے اپنے پاس چھپا کر ہی رکھتے ہیں۔ تقریباً سب ہی بڑے اور کامیاب لوگوں نے وقت کو سمجھنے کا فن "Art" سیکھا ہوتا ہے۔

ویسے بھی بقول میاں محمد

عاماں بے اخلاصاں اندر خاصاں دی گل کرنی

مٹھی کھیر پکا محمد کتیاں اگے دھرنی

کچھ اہم عہدوں پر فائز لوگ اور سیاسی راہنما بہت اہم (کارآمد) بات کہیں کرنے سے پہلے خود سے یہ سوال پوچھتے ہیں کہ مجھے یہ بات یہاں کرنے کا کیا فائدہ ہوگا۔ اگر جواب نا

میں ہے تو وہ اس بات کو وہاں نہیں کرتے ہیں۔ آپ یہ دیکھیں کہ آج کے دن کیا آپ نے کوئی ایسی بات سیکھی ہے جو آپ کے کل کو بہتر بنانے میں آپ کی مدد کر سکتی ہے۔ اگر سیکھی ہے تو پھر آپ نے آج کا دن کم از کم ضائع نہیں کیا۔



## خوش کون

زندگی رواں دواں ہے ایک شخص ہماری طرح (درمیانے مالی حالات) میں ہے جو اپنے روزمرہ کے کام کاج میں مصروفیت کے بعد فارغ ہو کر رات کو سوتا ہے دوسرا جھگی میں رہ رہا ہے۔ دن بھر کی محنت مشقت کے بعد رات کو میٹھی نیند سوتا ہے۔

فٹ پاتھ پر سو جاتے ہیں اخبار بچھا کے  
مزدور کبھی نیند کی گولی نہیں کھاتے

تیسرا محل میں رہ رہا ہے۔ جو رات کو کئی قسم کی دوائیاں کھانے کے بعد سوتا ہے۔ وقت تو سب ہی گزار رہے ہیں۔ ان میں سے خوش قسمت کون ہے۔ غالباً جھگی میں رہنے والا۔

نیولین کے آخری الفاظ تھے ”میں ساری عمر اقتدار اور پیار کے حصول کی جدوجہد میں لگا رہا۔ اقتدار ملا مگر ساتھ نہ دے سکا جس سے پیار کیا (یعنی ملکہ جوزفائن) مجھے اس کا پیار نہ مل سکا۔ اگر زندگی کا مقصد یہی ہے تو پھر یہ بڑی ناپائیدار چیز ہے۔“

یہ سن کر میرا مسخرہ دوست قلندر قبچقہ لگا کر کہہ رہا ہے ”جب نیولین یورپ میں ملک پر ملک فتح کر رہا تھا کہ اس کی محبوب ملکہ (جوزفائن) اس پر بڑی خوش ہوگی تو اس وقت رنگین مزاج ملکہ اس کے محل میں اس کے دوستوں کو فتح در فتح کرنے میں لگی ہوئی تھی۔“ (قلندر ہمیشہ اُلٹے وقت پر الٹی بات ہی کرتا ہے)

بہر حال خوش قسمت وہی ہیں جو اپنے پاس موجود پر خوش ہیں۔

## اپنا خون بیچنا

میں نے بچپن میں پی ٹی وی پر ایک ڈرامہ دیکھا جس کا نام غالباً خدا کی بستی تھا اس میں ایک اداکار (افضال چٹا) پروفیسر کارول کر رہا ہوتا ہے۔ بڑی گہری باتیں کرتا ہے۔ وہ ایک دفعہ محلے میں سے گزر رہا ہوتا ہے۔ وہاں مجمع لگا دیکھ کر پوچھتا ہے کہ کیا ہوا؟ کوئی اسے بتاتا ہے کہ شیدا (یا جو بھی نام تھا) نشہ کرتا ہے۔ اس نے نشہ کی گولیاں خریدنے کیلئے خون بیچا ہے تو کمزوری کی وجہ سے اسے غش آگیا ہے۔ اس لئے لوگ یہاں جمع ہیں۔ یہ سن کر تھوڑی دیر ٹھہر کر وہ فلسفیانہ لہجہ میں کہتا ہے۔ کہ ہم سب خون بیچتے ہیں کوئی کسی بھاؤ بیچتا ہے کوئی کسی بھاؤ اور پھر سگریٹ کا ایک گہرا کش لگا کر کہتا ہے ”کہ کوئی تیس برس کی نوکری کے بعد بیٹھ کر یہ حساب کرتا ہے کہ اس نے خون کس بھاؤ بیچا ہے۔“

بچپن میں دیکھے ہوئے ڈرامے کا یہ سین اور بات یاد تھی جب باشعور ہوا تو میں نے یہ فیصلہ کیا کہ میں اپنا خون کسی کو نہیں بیچوں گا۔ کسی کی نوکری نہیں کروں گا۔ خود اپنا کام کروں گا۔ میرا وقت میرا اپنا ہوگا اور خدا کا لاکھ لاکھ شکر ہے کہ اس نے میری یہ خواہش مکمل طور پر پوری کی۔ میں کوئی عرصہ دس سال ہالینڈ میں پامسٹ اور نجومی کا کام کرتا رہا۔ اس وقت میری یہ بہت بڑی خواہش تھی کہ میرا اپنا کوئی کاروبار ٹھکانہ ہو۔ اور اس کے پیچھے ایک پامسٹری وغیرہ کا دفتر بھی ہو۔ چند سالوں کے بعد میرے ایسے دو کاروبار تھے اور دونوں کاروبار کے بہترین دفتر بھی موجود تھے مگر میں عقل کے پختہ ہونے کے بعد نجوم کے شوق سے نکل کر عملی روحانیت میں داخل ہو چکا تھا۔ اللہ سے خواہش بھی سوچ سمجھ کر کرنی چاہیے۔ اسی طرح زندگی کے مقصد کو بھی ضرور تنقیدی نظر سے دیکھیں۔



## انسان کا ارتقاء

اچھی شاعری کا سننے کی حد تک شوق رہا اور اب بھی ہے۔ چند شاعروں میں ہی گہرائی دیکھی جن میں مولانا روم، علامہ اقبال، میاں محمد بخش، سلطان باہو اور کسی حد تک ساحر لدھیانوی اور فیض وغیرہ تھے۔

شاعروں کا یہ مسئلہ ہوتا ہے کہ انہوں نے خوبصورت لفظ بھی ڈھونڈنے ہوتے ہیں اور مطلب بھی بیان کرنا ہوتا ہے۔ یہ دونوں بڑے ہی مشکل کام ہیں۔ اس میں نہ صرف زندگی کا گہرا مشاہدہ بلکہ وسیع ذخیرہ الفاظ بھی چاہیے ہوتا ہے۔ پھر ساتھ الہام کا عنصر بھی ہو تو شاعری با مقصد، گہری اور خوبصورت ہوتی ہے۔ عام شاعروں کی باتیں کچھ خوبصورت مگر کھوکھلی ہوتی ہیں۔ ناپختہ لوگوں کو بھڑکا دیتی ہیں مگر پختہ لوگ ان کے چکر میں نہیں آتے۔

مولانا روم نے اپنی شاعری میں کمال کی باتیں کی ہیں۔ ایک جگہ وہ انسان کے ارتقاء کی تھیوری بیان کر رہے ہیں۔ اس میں فرماتے ہیں ”انسان پہلے جمادات کا حصہ رہا، پھر نباتات میں آگیا، اس کے بعد وہ حیوانات میں تبدیل ہوا جب وہ حیوانات میں آیا تو اپنا ماضی بھول چکا تھا اس کے بعد وہ انسانی صورت میں آیا تو اپنا ماضی بھول چکا تھا مگر اس کی فطرت میں پرانے عناصر حیوانات اور نباتات سے پیار شامل ہے۔ وہ انہی میں خوش رہتا ہے۔ پھر انسان وہ چیز بن جائے گا جس کا تصور بھی مشکل ہے۔ (یہاں آخر میں ان کی بات بڑی پراسرار ہو جاتی ہے غالباً اللہ کا صحیح معنوں میں نائب اور اس کی عطا کردہ سب صلاحیتیں کافی حد تک رکھنے والا)۔

ڈارون ارتقاء کی تھیوری انیسویں صدی کے آخر میں دے رہا ہے۔ جب کہ مولانا اس سے 700 سال پہلے نہ صرف یہ تھیوری بتا چکے ہیں۔ بلکہ انسان کے مستقبل میں مزید ارتقاء اور ترقی اور اس کے امکانات کا بھی بتا چکے ہیں۔ بہر حال صرف ارتقاء کی حد تک پہلے بھی کچھ فلاسفر

بات کر چکے تھے (غالباً بقراط)۔ مستقبل میں انسان میں خدا کی دی ہوئی تمام صفات زیادہ سے زیادہ کام کرنا شروع کر دیں گی۔ انسان فاصلے سے چیزیں دیکھ لیا کرے گا۔ دوسری جگہوں پر بغیر کسی ٹرانسپورٹ کے چلا جائے گا۔ اپنی اور دوسروں کی لاعلاج بیماریوں کا علاج (بغیر کسی دوا) کے کر لیا کرے گا۔ ہر طرح کے مشکل کام اپنی سوچ کی طاقت سے کر لیا کرے گا۔ اسی طرح عمر بہت لمبی ہو جائے گی۔ جب انسان موت و حیات کے مسئلے پر حاوی ہونے لگے گا اور اپنی شخصیت کی تمام مخفی صلاحیتوں کو پوری طرح استعمال کرنے لگے گا تو یہ وقت ہی غالباً دنیا کے خاتمے کا ہوگا۔ میرا یقین مجھے بتاتا ہے کہ غالباً یہ وقت ابھی کافی دور ہے۔ انسانیت نے ابھی لمبا سفر طے کرنا ہے۔



## وقت سے پہلے کی چیزیں

سکندر اعظم کے دور میں ایک چھوٹا سا بھاپ کا انجن بنایا گیا جو سکندر اعظم اور دوسرے لوگ بیٹھ کر اسے دیکھتے رہتے تھے۔ اس وقت اس کے عملی استعمال کی ضرورت نہ تھی۔ سامان لانے لے جانے کیلئے، دشمنوں کے تعاقب اور فوجیوں کی نقل و حرکت کیلئے تیز ذریعے کی ضرورت نہ تھی۔ 17 ویں صدی کے آخر میں انگریزوں نے بوقت ضرورت بھاپ کے انجن سے چلنے والی ریل بنائی۔

اسی طرح بوعلی سینا نے آج سے تقریباً 800 سال پہلے یہ بتایا تھا کہ مٹھی بھر کوئلے سے اتنی توانائی پیدا ہو سکتی ہے کہ یہ بغداد جیسے شہر کو تبا کر سکتی ہے۔ ایٹم بم کی تھیوری آٹھ سو سال کے بعد دنیا کو معلوم ہوئی اور استعمال بھی ہوئی۔

حضرت عیسیٰ بائبل میں اپنے حواریوں سے مخاطب ہیں کہ میرا پیغام مکمل نہیں ہے کہ تم لوگ (حواری) مکمل پیغام کو سمجھنے کے قابل نہیں ہو۔ لیکن میرے بعد وہ راستی باز (سچا) آئے گا۔ جو اپنی طرف سے کچھ نہیں بتائے گا بلکہ جو کچھ دیکھے گا یا سنے گا وہ بتائے گا اور تمہیں حکمت اور گہرائی کی باتیں بتائے گا (یہ رسول پاک ﷺ کی آمد اور مکمل پیغام آنے کی اور انسانی شعور کی بیداری کے وقت کی پیش گوئی تھی)۔ پھر جب انسانی شعور کے ساتھ زبان بھی وسیع اور مناسب ہوئی تو مکمل پیغام آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے پہنچایا۔

انسان نے وقت سے پہلے جو کچھ بھی معلوم کیا وہ اُس وقت استعمال نہیں کیا گیا۔ وقت آنے پر ہی اس کا استعمال ممکن ہوا۔

## بوعلی سینا

بوعلی سینا بھی خوب آدمی تھا اس نے یہ بھی بتایا تھا کہ سونا کسی دوسری دھات سے نہیں بنایا جا سکتا کیونکہ یہ ایک علیحدہ ایلیمنٹ (Element) ہے۔ جو دوسرے ایلیمنٹ (Element) میں تبدیل نہیں ہو سکتا۔ جبکہ نیوٹن جیسا عظیم سائنسدان بھی سونا بنانے کی کوشش میں لگا رہتا تھا۔ اس طرح ایک بڑے صاحبِ حال صوفی کے ساتھ وہ کچھ دن ایک کمرے میں بیٹھا بحث و مباحثہ کرتا رہا جب دونوں باہر آئے تو لوگوں نے صوفی سے بوعلی سینا کے بارے میں رائے لی تو صوفی کہنے لگا ”میں جس جس مطلب پر اپنی روحانی پرواز کی مدد سے پہنچا یہ اندھا اپنی لامٹھی ٹیکتا ٹیکتا (عقل و دلیل کی مدد سے) وہاں پر آ پہنچا“

بوعلی سینا نے ہی غالباً دنیا میں پہلی بار ٹیکے (Injection) کا استعمال کیا تھا اسے سفلس (جنسی بیماری) ہو گئی تھی۔ اس نے گندم کا تنکا لیکر اس میں گائے کا دودھ ڈال کر اپنے خون میں انجیکٹ کر لیا تھا۔ جس کے نتیجے میں وقتی طور پر اسے بخار ہو گیا تھا اور بخار کی گرمی کی وجہ سے سفلس کے جراثیم اس کے خون میں مر گئے۔ بوعلی سینا نے ہی دنیا میں سب سے پہلے ایٹمی طاقت کی بات کی تھی یہ میں پچھلے باب میں بیان کر چکا ہوں۔ بوعلی سینا کی طب کی کتابیں سولہویں صدی تک یورپ کی یونیورسٹیوں میں پڑھائی جاتی رہیں۔ روس میں اب بھی اسے روحانی طب کا بادشاہ مانا جاتا ہے۔

ایک عظیم صوفی بزرگ ابوالحسن خرقانی کا مرید تھا۔ اس میں روح کی ذہانت کام کر رہی تھی ابوالحسن خرقانی کا ہی دوسرا مرید محمود غزنوی تھا۔



## ہوشیار لوگ

اباجان (کرل اقبال صاحب گیارہ بلوچ) اپنے چک (خانوال) کے کچھ واقعات سنایا کرتے تھے جن میں سے ایک قصہ یوں تھا۔ 1920 کے قریب یہ چک آباد ہوا تھا۔ چند سالوں کے بعد ایک غریب بنیا وہاں فیملی سمیت آن پہنچا۔ وہ پکوڑے بنا کر بیچا کرتا تھا وہ اتنا غریب تھا کہ جو پکوڑے شام کو بیچ جایا کرتے تھے۔ وہ اور اسکی فیملی انہیں ہی کھا کر پیٹ بھر لیا کرتے تھے۔ پھر پانچ سال کے بعد آدھے سے زیادہ چک ان کا قرض دار تھا۔ بٹے کا سود دلیے بھی سو فیصد سالانہ ہوتا ہے۔ چک کے زمیندار مساب کتاب نہ سمجھنے کی وجہ سے ہمیشہ قرضوں میں گھرے رہتے تھے۔ وہ جس کی چاہتا قرضی کروالیتا تھا۔

اب اسی بٹے کی مثال کا تقابل ہم اپنے ملک پاکستان سے کریں تو ہم پاکستان والے وہی چک کے زمیندار ہیں اور بنیا مغربی اقوام اور ان کے بینک ہیں۔ ہم سب ان پڑھ زمینداروں کی طرح اندھا دھند مشکلات میں گھرتے جا رہے ہیں۔ ہم زندگی اور سیاست کا شعور نہیں رکھتے ہیں۔ اسی شعور کو ہمیں سیکھنا اور پھیلانا چاہیے اور اس کام کو عبادت سمجھ کر کرنا چاہیے۔ یہ دنیا کو اچھی جگہ بنانے کی ایک بڑی اچھی کوشش ہوتی ہے۔

## حضرت عمرؓ

حضرت عمرؓ کی خلافت کے دور کا ذکر ہے کہ انہوں نے حضرت خالد بن ولیدؓ کو معزول کرنے کا فیصلہ کیا اس کی ایک وجہ تو شخصیت پرستی سے نجات دلانا تھی کہ مسلمان یہ سوچنے لگے تھے کہ سب فتوحات حضرت خالد بن ولیدؓ کی شخصیت کی بدولت ہیں۔

مگر اس کے ساتھ ہی ایک فوری وجہ یہ بھی تھی کہ حضرت خالد بن ولیدؓ نے مشہور شاعر حسان بن ثابت کو ایک بڑی رقم بطور انعام دی تھی اور حضرت عمرؓ کا اعتراض بڑا دلچسپ مگر شریعت کی رو سے بالکل صحیح تھا۔ کہ اگر وہ رقم تم (حضرت خالد بن ولیدؓ) نے اسلامی خزانے میں سے دی ہے تو خیانت کی ہے اور اگر اپنی جیب سے دی ہے تو بھی اسراف کیا ہے۔ اسلام میں رقم کو جائز طریقے سے جتنا چاہو کمانے کی اجازت ہے مگر اسے خرچ کرنے میں اسراف کی اجازت نہیں ہے۔ حضرت عمرؓ نے حضرت بلالؓ کو حضرت خالد بن ولیدؓ کو معزول کرنے کے لیے بھیجا تو حضرت بلالؓ نے فوج کے قانون کے مطابق ان کی پگڑی سختی سے کھینچ کر اتاری۔

حضرت خالد بن ولیدؓ نے اس واقعے کے چند دن بعد کچھ لوگوں میں یہ کہا کہ حضرت عمرؓ نے ان کے کارناموں کی قدر نہیں کی اور ان سے اچھا سلوک نہیں کیا۔ ایک صحابیؓ رسول اللہ ﷺ نے یہ سن کر کہا ”خالد ایسی باتیں مت کرو اس سے امت میں فتنہ پھیل سکتا ہے۔“

حضرت خالد بن ولیدؓ نے یہ سن کر کہا کہ ”عمرؓ کے ہوتے ہوئے ایسے کسی فتنے کا کوئی ڈر نہیں۔“

حضرت عمرؓ ایسی ہستی تھی کہ مائیکل ہارٹ نے اپنی کتاب سو عظیم انسان میں رسول پاک ﷺ کو دنیا کا سب سے عظیم انسان قرار دیا اور پھر ان عظیم انسانوں میں حضرت عمرؓ کو واحد دوسری ہستی ہیں جن کا ان میں شمار ہوا ہے۔ حضرت عمرؓ کے دور میں ہی مصر، شام، عراق اور ایران نہ



صرف فتح کر لیے گئے بلکہ انہوں نے ایسا زبردست انتظام کیا کہ یہ سب علاقے مستقل طور پر اسلامی سلطنت کا حصہ اور دست و بازو بن گئے۔

اپنی کتاب میں مائیکل ہارٹ نے رسول پاک ﷺ کو پہلے نمبر پر تاریخ کی عظیم ترین ہستی قرار دیا ہے۔ قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں ”قوم نے کہا اے شعیب تمہاری صلات (خدا کے قانون کے پیچھے چلنا) کیا ہے تم ہمیں کہتے ہو کہ ہم اباؤ اجداد کی رسم و رواج (طریقہ و عادات) چھوڑ دیں۔ آخر ہم اپنا مال اپنی مرضی سے کیوں نہیں خرچ کر سکتے۔ آپ بتائیں کہ کون سی آپ کی صلات ہے۔

اسلام فضول خرچی اور اسراف کی اجازت نہیں دیتا۔ معیار آپ کی نیت اور آپ کا شعور ہے۔ اس لیے علم حاصل کرنا فرض قرار دیا گیا ہے۔

خرچ کے بارے میں اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں ”اے رسول ﷺ یہ پوچھتے ہیں کہ کتنا مال اللہ کی راہ میں خرچ کریں۔ کہہ دو کہ جو بھی ضرورت سے زیادہ ہو وہ ضرورت مندوں کو دیدو

## مغربی اقوام

ہمارے ملک کے عام پاکستانی (بلکہ ایشیاء کی باقی اقوام بھی) گوری قوموں سے بہت زیادہ متاثر یعنی (Impress) ہیں کہ دنیا میں اتنی عظیم قوم تاریخ میں نظر نہیں آتی۔ اتنے ذہین، اتنے تعلیم یافتہ، اتنے با تہذیب لوگ اور کوئی نہیں ہیں۔ آج کل مغربی قومیں بھی یہ دعویٰ کر رہی ہیں کہ وہ بہترین قوم ہیں۔ جرمنی نے بھی اسی بنیاد پر دوسری جنگ عظیم لڑی چونکہ پرانا دور جنگوں کا تھا اس میں فاتح قومیں ہی عظیم کہلاتی تھیں۔ جبکہ حقیقت میں ساری انسانی تاریخ میں یہ دنیا کی سب سے زیادہ پسماندہ ترین قومیں رہی ہیں۔ منگول ان کو تقریباً تین ہزار سال تک مارتے پٹتے رہے ہیں۔ یہ دور تقریباً 1500 ق م سے لے کر 1200 عیسوی تک رہا ہے۔ جس کے بعد منگول مسلمان ہو کر پہلے سلجوق ترک کہلائے، پھر کچھ عرصے کے بعد سلطنت عثمانیہ کے نام پر 19 ویں صدی کے آخر تک یورپ کی دھنائی کرتے رہے۔ انہوں نے سارے مشرقی یورپ بلکہ آسٹریا تک بھی قبضہ کر لیا تھا۔ یعنی یہ ساری معلوم شدہ تاریخ پر محیط رہا ہے۔

منگولوں میں سے ہی ایک قوم ہن دریائے ڈینیوب کے پاس ہنگری کے علاقے میں بس گئے تھے وہ 200 ق م سے لے کر 500 عیسوی تک رومن سلطنت کو مال غنیمت ہی سمجھتے رہے۔ وہ اکثر ہر چند سال کے بعد رومن سلطنت پر حملہ کرتے تھے۔ اور رومن فوج کا ناشتہ کر کے (قتل کر کے) رومنوں سے تاوان لے کر واپس چلے جاتے تھے۔ ان سے ایک دفعہ پوچھا گیا کہ تم سب رومنوں کو قتل کر کے ان کی عمارتوں اور قلعوں پر قبضہ کیوں نہیں کر لیتے۔ تو انہوں کا جواب یہ تھا کہ پھر ہمارے لئے کام کون کرے گا؟ اس لیے انہیں زندہ رہنے دو۔

ہنگر نے بھی گوری عظیم قوم (عظیم آریا قوم) کا علم بلند کیا۔ مگر اس کے پاس اسکی عظمت کی کوئی تاریخ نہیں تھی کہ گوری اور یورپی آریا اقوام تاریخ کی گھٹیا سی اقوام ہی شمار ہوتی



تھیں۔ پرانی تقریباً سب کی سب ایجادیں عربوں یا چینیوں نے کیں۔ گو صنعتی انقلاب کے بعد مغرب والوں نے بھی ماڈرن دور کی بہت سی ایجادیں کیں۔ اس کی وجہ یہ تھی کہ ان کے ملکوں میں معاشی ترقی کی وجہ سے ہر بندے کو محنت کا اجر ملتا تھا اور ایجاد وہاں ہی ہوتی ہے جہاں پر اس کی ضرورت ہو۔ مشرق والے تو ان سے مختلف حالات اور دور میں رہے ہیں۔

عرب اور مور مسلمانوں نے 700 سال تک سپین پر قبضہ کئے رکھا اور یورپ کے سر پر مسلسل تلوار بن کر لٹکتے رہے۔ صرف صنعتی ترقی کے بعد یورپ کے اپنے بحری بیڑے اور بارود کی مدد سے اس وقت ہندوستان میں مرقی ہوئی مغلیہ سلطنت پر قبضہ کیا اور یہاں سے فوجیں بھرتی کر کے ساری دنیا پر قبضہ کر لیا۔ سلطنت برطانیہ کی یہ عظمت صرف 150 سال تک جاری رہی۔

1950 تک اسے اپنی سب کالونیاں چھوڑنی پڑیں اس دوران انہوں نے اپنی سب کالونیوں کو جی بھر کر لوٹا۔ اب وہ اپنے چھوٹے سے جزیرے انگلینڈ میں واپس پہنچ چکے ہیں اور اب امریکہ کے چمچے بن کر اپنا لوٹ مار کا پروگرام (عراق و افغانستان میں) جاری رکھنے کی ناکام کوشش میں مصروف ہیں۔ ان کا 400 برس کا لوٹا ہوا پیسہ امریکہ پچھلے دس سال میں ہی ڈکار گیا ہے۔ اور خود امریکہ آج کل خود کو بینک کرپٹ ہونے سے بچانے کیلئے ایڑی چوٹی کا زور لگا رہا ہے۔ اور بظاہر اس کا بچنا ناممکن نظر آ رہا ہے۔

پرانا وقت درحقیقت جنگ و جدل کا ہی ہوتا تھا۔ اس میں دوسرے ملکوں سے ایسا ہی سلوک ہوتا رہا ہے۔ لیکن اب UNO اور Human Rights کے قوانین کے آجانے کے بعد بھی اسی پرانے طرز پر چلنا بڑی زیادتی کی بات ہے۔

تاریخ بتاتی ہے کہ گوری اقوام شروع سے ہی جنگ پسند اور شریر اقوام رہی ہیں۔ 17 ویں صدی میں ان کی 60 فیصد آبادی آپس کی جنگوں کی بھینٹ چڑھ چکی تھی۔

20 ویں صدی تک ہر صدی میں یورپ کی جنگوں کی اوسط کوئی پانچ سو جنگ فی صدی سے کم نہیں ہے۔

دوسری جنگ عظیم میں انہی کے بھائی امریکہ کی طرف سے جاپان پر بلا وجہ ایٹم بم گرا کر لاکھوں معصوم جانوں کی جان لینا بھی شامل ہے۔ اس کی وجہ سے تھی کہ جاپانی شہنشاہ روسیوں کے آگے ہتھیار ڈالنے کا فیصلہ کر چکا تھا۔ جو ”عظیم گوری قوم“ کو گوارا نہ تھا اور اس کے علاوہ امریکہ کے کمانڈر انچیف (بعد میں) صدر آئزن ہاور کو یہ بھی خطرہ تھا کہ اس وقت کے اربوں ڈالر (جو آج کل کے سینکڑوں ارب ڈالر بنتے ہیں) وہ ایٹم بم کی تیاری میں خرچ کر چکا تھا۔ اور اگر جنگ ختم ہو جاتی تو اس پر بے کار اتنا سرمایہ خرچ کرنے کا الزام لگتا اور اس سے اس کی خلاصی آسان کام نہ تھا اس نے ایک تیر سے دو شکار کرنے کے چکر میں جاپانیوں پر ایٹم بم گرا دیئے۔

مغربی تہذیبیں اب معاشی اور معاشرتی طور پر اپنے آخری دموں پر ہیں خصوصاً امریکہ کا حال تو بہت پتلا ہے اس پر اندرونی اور بیرونی ملا کر کوئی 90 ٹریلین ڈالر (نوسو کھرب ڈالر) قرضے ہیں اور دنیا میں کل کیش رقم کوئی 35 ٹریلین ڈالر ہے۔ امریکہ کی GDP 2007 میں 12 ٹریلین سالانہ اور اس کی کل معیشت 40 ٹریلین ڈالر بنتی ہے۔

امریکہ کو اپنے بجٹ کے لیے ہر سال تین ہزار ارب ڈالر کی رقم چاہیے۔ اس کا موجودہ نظام اس رقم کی فراہمی میں بری طرح ناکام ہو چکا ہے۔

میرے اندازے میں 2014 تک امریکہ ٹوٹ چکا ہوگا۔ اس کے غالباً چار ٹکڑے ہوں گے۔ 2011 اس کے لیے بڑا بھاری سال لگتا ہے۔ اسے اس دور میں قدرتی آفات مثلاً سیلاب، سمندری طوفان، زلزلے وغیرہ سے سخت نقصان ہونے کا امکان ہے۔

اس طرح ممکن ہے کہ عظیم گوری اقوام اپنے گھروں میں مقید دنیا کی تھرڈ کلاس اقوام کے طور پر وقت (ماضی کی طرح) گزاریں گی۔ کہ وہ اپنے مہنگے نظام کے جال میں پھنس چکی ہیں۔ یہ صرف میری بات نہیں ان کے ماہرین معاشیات بھی یہی بات کر رہے ہیں۔ صرف وہ انہیں تھوڑا زیادہ وقت دے رہے ہیں۔

جنگیں تین محاذوں پر ہوتی ہیں ان میں میدان کی، پھر معاشیات کی اور پھر کلچر کی جنگ



ہوتی ہے۔ وہ کلچر کی جنگ ابھی سے ہار چکے ہیں۔

کلچر کی جنگ جو سب سے اہم ہوتی ہے اور یہی آخری فیصلہ کیا کرتی ہے۔ میدان کی جنگ جو عراق اور افغانستان کے خلاف جاری ہے میں وہ میڈیا کے زور پر مسلمانوں کو ہی مجرم قرار دے رہا ہے۔ (میڈیا تمہارا، UNO تمہاری مسلمانوں کا کیا ہے)۔

اسی پر شاعر کا ایک شعر ہے

تمہی تجویز صلح کرتے ہو  
تمہی سامان جنگ بانٹتے ہو  
تمہی کرتے ہو قتل پر ماتم  
تمہی تیر و تفنگ بانٹتے ہو

ساحر لدھیانوی

اور بقول فیض

بنے ہیں اہل ہوس مدعی بھی منصف بھی  
کسے وکیل کریں کس سے منصفی چاہیں

## صحیح آئی کنٹیکٹ

بہت کم لوگ ہی دوسروں سے صحیح آئی کنٹیکٹ کرتے ہیں۔ میرے اپنے مشاہدے میں تو یہ آیا ہے کہ ہم پاکستانیوں میں کوئی پانچ فیصد لوگ صحیح آئی کنٹیکٹ کرتے ہیں۔

اسی لمحے میں رہنے کی عادت ڈالیں، جلد بازی کو ذہن سے نکال دیں۔

اسی جگہ اسی لمحے میں ریلیکس رہ کر موجود رہیں۔ مخاطب انسان کو گہرائی میں اس کی آنکھوں میں دیکھیں گہرا کر نہیں بلکہ پرسکون (ریلیکس) ہو کر۔

مخاطب کی آنکھوں کے پیچھے جھانکنے کی کوشش کریں۔ شروع میں انسان کو اس کی عادت نہیں ہوتی وہ اگر کسی کی آنکھ میں دیکھتا ہے تو بھی کچھ زور یا (Tense) سا ہو کر ایسا کرے گا۔ مگر یہ پریکٹس کریں کہ ریلیکس ہو کر ایسے کریں۔ ایسا کر کے آپ کی دوسروں کے ساتھ کمیونیکیشن (بولنا اور سننا) بہت بہتر ہو جائے گی۔

اگر آپ بات کر رہے ہیں تو محفل میں موجود صرف ایک شخص پر ہی توجہ نہ دیں۔ (جو کہ عموماً ہم اپنے لیے سب سے اہم فرد کو دیتے ہیں) بلکہ دوسرے سننے والوں پر بھی وقتاً فوقتاً تھوڑی دیر کیلئے نظر ڈال لیا کریں۔

اسی طرح اگر کسی بات سن رہے ہیں تو تھوڑی دیر کے بعد دوسرے لوگوں پر بھی ایک آدھ نظر ڈال لیا کریں۔ تاکہ محفل کے رنگ کا اندازہ ہو سکے اس طرح آپ تھکیں گے بھی نہیں اور مخاطب بھی آسانی محسوس کرے گا۔ جب ہم کسی کی بات سن رہے ہوتے ہیں تو نیچ میں اپنی سوچوں کا کارخانہ علیحدہ چلا رہے ہوتے ہیں۔ جس سے ہم اس شخص کے ساتھ امکانی سوالات و جوابات بھی سوچ رہے ہوتے ہیں۔ ان سوالات و جوابات کو سوچنا بہت کم کر دیں۔ اسی لمحے میں ریلیکس ہو کر موجود رہیں۔



در اصل ہم سب آٹو میٹک ہو جاتے ہیں جیسے گاڑی چلا رہے ہیں تو جسم گاڑی چلا رہا ہے مگر ذہن اپنے خوابوں میں گہرا الجھا ہوا ہے۔ ذہن کی یہ کیفیت انسان کے سستانے کیلئے ضروری ہے۔ مگر لوگوں سے بات چیت کے دوران اس سے اجتناب کریں۔ اگر آپ صحیح معنوں میں وہاں موجود ہیں تو آپ دوسروں کی سوچوں تک کو محسوس کر سکتے ہیں۔ اس میں بہتر ہے آپ گہری سانس لیں یہ آپ کو ریلیکس ہونے اور وہاں موجود رہنے میں مدد فراہم کرے گی۔

اسی لمحے ذہن کو مستقبل میں رہنے کی ایڈکشن ہوتی ہے وہ اپنی توانائی اسی میں ضائع کرتا رہتا ہے اسی لمحے میں رہنا آپ کو بے پناہ توانائی دیتا ہے اور آپ کا ذہن بھی ہر طرح کی سوچوں سے بچا رہتا ہے کہ آپ اپنی توانائی الٹی سیدھی سوچوں میں ضائع نہیں کرتے۔ کچھ عرصے اس عادت میں رہنے کی مشق کرنی پڑتی ہے پھر یہ عادت بن جاتی ہے۔ ہر عادت اسی طرح تبدیل کی جاسکتی ہے۔

اسی لمحے میں رہنے کا اپنا ایک بڑا جادو ہوتا ہے۔ آپ کی ہر حرکت ہر کام کئی گنا بہتر طریقے سے ہوتا ہے۔ آپ بہت سی ذہنی الجھنوں، خواہ مخواہ کی سرردیوں اور توانائی کے ضیاع سے بچ جاتے ہیں۔ آپ کی شخصیت بڑی پرکشش اور کرشمیک ہو جاتی ہے۔ آپ کا ذہن پوری طرح کام کرتا ہے۔ کشف و کرامات اسی ذہنی کیفیت میں ہوا کرتے ہیں۔

نئے ملنے والوں سے بھی صحیح آئی کنٹیکٹ کریں اور انہیں آنکھوں میں دیکھ کر مسکرائیں آپ کو بلا کی خود اعتمادی مل جائے گی۔ (قلندر بن کر کہہ رہا ہے کہ کیا یہ حکم سب کیلئے ہے۔ میں نے گہرا کر جواب دیا نہیں یہ صرف مسلمان مردوں کیلئے ہے)۔

## نماز کے فوائد

دین اسلام میں نماز فرض ہے۔ یہ فرض نماز ہی اسلامی روحانیت کی طرف پہلا قدم ہے۔ اس کے بغیر اسلامی روحانیت کی بنیاد ہی نہیں بن پاتی۔ ہمیں فرض نماز کی صورت میں اللہ تعالیٰ نے ایسی نعمت دے رکھی ہے جس کا ہم جتنا بھی شکر ادا کریں وہ کم ہے۔ اس کے فوائد پر تو ہماری بہت سی کتابیں لکھی جا چکی ہیں۔ یہاں میں مختصر اچند ایسے سائنسی و طبی فوائد لکھ رہا ہوں جس پر دوسرے لکھنے والوں نے بہت کم توجہ دی ہے۔

ہمارا دماغ سارا دن کام میں مصروف رہتا ہے۔ یہ تھک جایا کرتا ہے۔ تھکے ہوئے ذہن کی سوچ میں وہ طاقت نہیں ہوتی جو فریش اور ریلیکس ذہن میں ہوتی ہے۔ اور انسان مسلسل تھکن میں رہے تو وہ کمزور اور بیمار تک ہو جاتا ہے۔ مسلسل سڑیس میں رہنے والے بھی نماز شروع کر دیں تو ان کے ذہن کو آرام و تازگی ملتی ہے اور سڑیس میں کمی ہو جاتی ہے۔ فریش اور ریلیکس ذہن ہی صحیح فیصلے کر پاتا ہے۔ ایسا ذہن ہی بے پناہ طاقتور ہو سکتا ہے۔

ریلیکس ذہن ہی آپ کو غلط خوراک سے بچنے کی قدرتی حس کے کام میں لاسکتا ہے۔ کرامات بھی ریلیکس ذہن کا ہی کام ہے۔

ذہن کو تازہ رکھنے کی یوگا کی مشق کچھ لوگ اس طرح کرتے ہیں کہ سہ پہر کے وقت کوئی آٹھ دس منٹ آنکھیں بند کر کے ذہن سوچوں سے خالی کر کے آرام سے جسمانی عضو کو ریلیکس رکھ کر بیٹھ جانا ہوتا ہے۔ ذہن کو ریٹ ملنے کے بعد جسم کی ساری توانائی اس کے محفوظ ذخائر میں سے واپس آ جاتی ہے۔

یہی کام خشوع و خضوع کے ساتھ پڑھی ہوئی نماز میں کئی گنا بہتر طریقے سے ہوتا



ہے۔ اور دن کے کام کاج کے دوران نماز کا پڑھنا آپ کے ذہن کو پھر سے تازہ کر دیتا ہے۔ نماز میں وضو کی صورت میں آپ اپنے جسم کے بے شمار ایسے اعضاء کو چھوتے ہیں جو آپ کو سکون اور توانائی دیتے ہیں۔ ہمارے جسم میں بے شمار انرجی پوائنٹس ہوتے ہیں جو ہمارے سر سے لیکر پاؤں تک پھیلے ہوتے ہیں۔ مگر ہمارے ہاتھوں اور پاؤں میں یہ بہت زیادہ ہوتے ہیں۔

یہ ایک پرانا مصری علم ہے جو فرعونوں کے وقت سے چلا آ رہا ہے اسے آکو پریش کے نام سے ماڈرن دنیا میں متعارف کرایا گیا ہے۔ اس کی باریکیوں میں جانا اس کتاب کے مقصد سے باہر کی چیز ہے۔

یہاں میں صرف اتنا کہنا چاہوں گا کہ آپ کی انگلی پر آپ کا پورا جسم موجود ہے۔ اور آپ کی ہر انگلی پر جسم کا مکمل علاج موجود ہے۔ یہاں پر مجھے قرآن پاک کی ایک آیت یاد آ رہی ہے۔ ”لقد خلقنا الانسان في احسن تقويم“ (ہم نے انسان کو بہترین صورت میں بنایا۔) سورۃ التین۔ گویا اس آیت میں انسان کی اصلی شخصیت (روحانی شخصیت) کی صفات کا اشارہ دیا گیا ہے۔ جو کہ اللہ کی عطا کردہ بے شمار اور بے پناہ طاقتور صلاحیتیں ہیں جو انسان وقت کے ساتھ ساتھ دریافت کرے گا۔

وضو کے دوران آپ کا ہاتھوں اور پاؤں پر پانی ڈالنا، پھر انگلی سے دوسرے ہاتھ اور پاؤں کو چھونا آپ کو نئے سرے سے فریش کر دیتا ہے۔ ہاتھ کی انگلیوں پر اور ہاتھ کی پشت پر انگلیاں پھیرنا بھی انسان کے جسم و ذہن کو بہت آرام دیتا ہے۔ ناک میں پانی ڈالنے سے بہت سے زکام نما اور کئی ایسی بیماریوں سے بچا جاسکتا ہے جو انسان کے دماغ تک کو متاثر کرتی ہیں۔ پھر گردن کی سائینڈوں پر مسح کرنے سے آپ کے دماغ کو خون لانے اور لے جانے والی دونوں رگیں صحیح طریقے سے کام شروع کر دیتی ہیں۔ اور دماغ میں خون کا بہاؤ بہتر ہو جاتا ہے۔

نماز میں پہلے آپ رکوع کی حالت میں پھر آپ سجدے کی طرف جاتے ہیں۔ پہلے

رکوع اور پھر سجدہ کرنا اچانک سجدے کی صورت میں کمر درد کے خطرے سے بچا لیتا ہے۔ عام لوگوں کیلئے زانوں اور کمر کے درد سے بچنے کیلئے ایک کئی ہدایت دی جاتی ہے جو کہ سجدہ مفید ہے۔ وہ یہ ہے کہ جو لوگ زیادہ وقت کھڑے رہتے ہیں انہیں چاہیے کہ دو اڑھائی گھنٹے کھڑے رہنے کے بعد کچھ دیر کیلئے بیٹھ جایا کریں ایسا کرنا ان کو ٹانگوں کے درد سے بچا لیا کرے گا۔

اسی طرح جو لوگ زیادہ بیٹھے رہتے ہیں ان کیلئے ہدایت ہے کہ وہ دو اڑھائی گھنٹے کے بعد کچھ دیر کیلئے کھڑے ہو جایا کریں تاکہ ان کے جوڑ، مسلز اور اعصاب واپس اپنی جگہ پر آ جایا کریں۔

پانچ وقت کی نماز کی صورت میں آپ اپنے جسم کے ان تمام جوڑوں، مسلز اور اعصاب کو اصل جگہ پر لے آتے ہیں اور آپ کمر اور ٹانگوں کی تکلیف سے بچے رہتے ہیں۔ یہاں میں یہ وضاحت کرنا چاہتا ہوں دراصل نماز ان تمام تکلیفوں سے بچنے کی گارنٹی نہیں دیتی مگر نمازی افراد میں بے نمازی افراد کے مقابلے میں ان تمام بیماریوں کی مدافعت زیادہ ہوا کرتی ہے۔ گویا ریوں سے پکا بچنے کیلئے پریشانی سے آزاد زندگی، صحت مند اور وقت پر خوراک اور کافی پانی کا استعمال بہت ضروری ہوتا ہے۔ پھر فطرت کے اصولوں کی پابندی بھی ضروری ہے۔

نماز میں سجدے کی صورت میں آپ کے ذہن کو مطلوبہ مقدار میں اتنا خون مل جاتا ہے جو کہ اس کو ضرورت ہوتا ہے۔ دماغ کی خوراک خون ہوتی ہے۔ اس لیے بہتر ہے کہ سجدہ تھوڑا لمبا کیا جائے۔

آپ کا دماغ اتنی بجلی پیدا کرتا ہے کہ اس سے ایک اچھی طاقت کا بلب لگا تار جلایا جاسکتا ہے۔ سجدہ کرنے سے آپ کے جسم کی بجلی زمین کی بجلی کے ساتھ بیلنس ہو جاتی ہے۔ کچھ سائنسدان یہ بھی کہتے ہیں کہ ہمارا دماغ آس پاس موجود برقیاتی چیزوں سے ان کی وابستگی کیج کرتا رہتا ہے اور سجدے کے وقت یہ سب غلط وابستگی زمین میں چلی جاتی ہے۔



نماز میں جس جگہ ہاتھ باندھے جائیں یا ہاتھوں سے چھوا جائے تو اسکے اپنے اثرات ہوتے ہیں اس وقت انسان کے جسم میں شفا یاب لہریں زور پر ہوتی ہیں۔ اور انسانی ہاتھ میں خصوصاً یہ زیادہ موجود ہوتی ہیں۔ یہ شفا بخش لہریں تمام مسموم ہونے والے اعضاء کو توانائی دیتی ہیں۔ جب ہم نیت میں کانوں کو چھوتے ہیں تو پھر ہاتھ اپنے جگر اور لبلبے کے قریب باندھتے ہیں یا جس جگہ بھی باندھتے ہیں تو ان اعضاء کو تقویت ملتی ہے۔

نماز آپ کا اللہ سے تعلق قائم رکھتی ہے۔ اللہ پر توکل اور بھروسہ ہی اسلام کی روح اور اسلام کی روحانیت کا سب سے اہم جزو ہے۔ اللہ پر تقویٰ (فیثہ) جس میں زیادہ ہے وہ اتنا ہی اللہ کے قریب ہوتا ہے۔ یہ شکر گزاری اور تعلق آپ دن میں پانچ دفعہ کرتے ہیں اور جو کام بھی آپ مسلسل کریں آپ کا ذہن اس کو آسانی سے اور صحیح طریقے سے کرنے لگ پڑتا ہے۔ بلکہ مسلسل کچھ دن پڑھنے کے بعد آپ کو اس کی عادت اور نشہ سا ہو جاتا ہے۔ سالکوں کو نماز کے وقت خانہ کعبہ یا خدا کے سامنے موجود ہونے کے تصور کی مشق کرائی جاتی ہے۔ آپ بھی اسے کریں تو کچھ عرصے کے بعد آپ واقعی خود کو خانہ کعبہ یا اللہ تعالیٰ کے سامنے موجود پائیں گے۔ حدیث صحیح میں ہے کہ نماز کو اس طرح پڑھو کہ جیسے تم اللہ کو دیکھ رہے ہو ورنہ کم از کم اللہ تمہیں دیکھ رہا ہے۔ نماز کے بعد بھی آپ مراقبہ میں اللہ کا نور اپنے جسم کے اندر لینے کا تصور کر سکتے ہیں۔ آگے باب انرجی ونور لینا میں اس کی تفصیل موجود ہے۔

اور ایسا کرنے سے اللہ کا نور آپ کے اندر زیادہ رفتار سے جاگے گا۔ یہ نور اللہ نے آپ کو اپنے خلیفہ (نائب) کے طور پر دیا ہے۔

نماز آپ خوشی و خضوع کے ساتھ پڑھیں یا اس کے بغیر نماز کی برکت بہر حال ہر حال میں ہوتی ہے۔ اور آپ کا نماز پڑھنا ملت اسلامیہ کے لئے ایک دعا بھی ہے کہ اس کی انرجی، برکت اور نور اسلامی اقوام کے متحدہ ذہن میں شامل ہو جاتا ہے اسی سلسلے میں قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے ”اور میں نے جنوں اور انسانوں کو اس لئے پیدا کیا ہے کہ وہ میری

عبادت کریں“ اللہ کی عبادت میں اللہ کے دیئے گئے تمام شرعی احکامات پر عمل کو ہمارے علماء کی بڑی اکثریت عبادت کہتی ہے مگر اس میں نماز اور تلاوت قرآن لازمی شامل ہے۔ میرا دعویٰ ہے کہ اگر آدھے پاکستانی بھی نماز پڑھنا شروع کر دیں تو پاکستان کے سنہری دن تھوڑے ہی عرصے میں آجائیں گے۔

تبلیغی جماعت کے راہنما مولانا طارق جمیل صاحب ایک دفعہ فرما رہے تھے کہ اردن کے لوگ اسرائیل آتے جاتے رہتے ہیں وہاں پر ایک اردنی باشندے سے کچھ یہودیوں نے آکر پوچھا کہ کیا آپ کے جمعہ کے دن فجر کی نماز میں بھی اتنے ہی لوگ رہتے ہیں جتنے جمعہ کے وقت ہوتے ہیں تو اردنی باشندے نے اس کا جواب نفی میں دیا اور کہا کہ کوئی آٹھ گنا کم ہوتے ہیں۔

پھر سال ڈیڑھ سال کے بعد دوبارہ اسی باشندے سے سوال ہوا کہ اب تمہارے ملک میں جمعہ کے دن فجر کے وقت کیا اتنے ہی نمازی ہوتے ہیں جتنے کہ جمعہ کے وقت ہوتے ہیں۔

اردنی باشندے نے اس کا جواب نفی میں دیا اور وجہ پوچھی کہ وہ یہ سوال کیوں بار بار پوچھ رہے ہیں؟ تو اس پر اسے اسرائیل کے یہودیوں نے جواب دیا کہ ہم نے اپنی کتابوں میں پڑھا ہے کہ جس دن مسلمانوں میں فجر کے وقت اتنے ہی نمازی ہوں گے جتنے کہ جمعہ کے دن ہوتے ہیں اس دن اسرائیل ختم ہو جائے گا۔

آج کل بھی سائنس نماز کے صحیح فوائد اور اس کی افادیت دریافت کر رہی ہے اور مستقبل میں بہتر طریقے سے دریافت کرے گی۔



## کچھ روحانی مشاہدات

روحانیت کے سفر میں مجھے بے شمار واقعات، تجربات اور مشاہدات سے واسطہ پڑا۔ عموماً صوفی لوگ اپنے تجربات دوسروں کو بتانے سے گریز کرتے ہیں (جس کی کچھ عقلی اور دلیلی توجیح بھی ہوتی ہے) مگر میں کچھ تجربات و روحانیت میں مصروف اپنے دوستوں اور ساتھیوں کی رہنمائی کیلئے بیان کرنا چاہتا ہوں۔ تاکہ جو غلطیاں اس دوران مجھ سے ہوئیں دوسرے اس سے بچ سکیں۔ اور جو کچھ میں نے ان میں سیکھا وہ میرے لیے بڑا قیمتی ہے مجھے افسوس ہے کہ میں اس کتاب میں صرف چند ایک عام نوعیت کے روحانی تجربات اور مشاہدات کا ذکر کر رہا ہوں کہ زیادہ بڑے اور اہم قسم کے روحانی تجربات اور مشاہدات کا بتانا مجھے ابھی سے لوگوں کے ہجوم میں پھنسا دے گا جو کہ اس وقت میرے زندگی کے مقصد سے باہر کی چیز ہے۔ انشاء اللہ کبھی مستقبل میں ایسے ہر قسم کے واقعات پر بات ہوگی۔

خود میں بڑی حد تک بے استاد ہی رہا ہوں۔ شروع روحانیت میں چشتی اور نقشبندی گروپ کے صوفیائے کرام سے تعلق رہا۔ میں اب بھی نقشبندی سلسلے کے وردواذکار پڑھ رہا ہوں مگر وقت کے ساتھ ساتھ کچھ اپنے دوسرے اذکار بھی ساتھ شامل کرتا گیا جو کہ مجھے ادھر ادھر سے ملے یا خوابوں میں بتلائے گئے۔ پھر اللہ کے کرم سے کشف مد کو آ گیا۔

شروع شروع میں اگر میں کوئی نیاز ذکر شروع کرتا تھا تو اگلی رات یا دوسری رات میں ہی خواب میں اس کی افادیت یا خرابی کا اندازہ ہو جایا کرتا تھا۔ اگر کچھ اچھی (مبارک) چیز خواب میں دیکھتا تھا تو وہ ورد صحیح ہوا کرتا تھا۔ اور اگر کوئی غلط چیز یا بہت چھوٹے قد کے لوگ یا سیڑھیوں سے نیچے جانا، کچھ لڑائی جھگڑا دیکھتا تھا تو وہ ذکر چھوڑ دینا ہی بہتر تھا۔

مجھے ایک اور دلچسپ تجربہ بھی ہوا کہ اگر کوئی سالک کوئی غلط قسم کے اذکار پڑھے تو اسے

خواب میں کچھ چیزیں دینے کا (صدقہ وغیرہ) اشارہ آیا کرتا ہے۔ جنہیں دینے کی صورت میں انسان ورد کی وجہ سے ہونے والی پیچیدگیوں اور مشکلات سے کافی حد تک بچ جایا کرتا ہے۔ مگر درحقیقت آپ کوئی بھی ورد کریں تو شروع میں اسے تنقیدی نظر سے ضرور دیکھیں۔ روحانیت میں اپنے وردواذکار پر پورا یقین کرنے کا بتایا جاتا ہے مگر پھر بھی شروع میں محتاط رہیں۔ اگر زیادہ بڑی چیز کے صدقے کا خواب میں آئے تو ایسا خواب دوبارہ اسی شخص کو یا گھر کے کسی فرد کو دوبارہ آنا چاہیے۔

کچھ وردواذکار ایسے بھی ہوتے ہیں جو آپ کے جسم میں پہلے سے قائم نور کے حلقوں کو پرے دھکیلنے لگ پڑتے ہیں۔ بلکہ ان پر حاوی ہونے لگ پڑتے ہیں۔ مثلاً سورۃ منزل اور تیسرا کلمہ ایسے ہی اذکار ہیں۔

خود مجھے سچے خواب کافی عرصے سے آرہے تھے یہ سلسلہ میری معلومات کے مطابق ہمارے خاندان میں سب سے پہلے ہماری دادی جان سے چلا پھر امی جان کے بعد میرے ساتھ شروع ہو گیا۔ میرے بعد یہ ہمارے پورے خاندان میں (کزنز اور وان کے بچوں وغیرہ) بھی پھیل گیا اور انہیں جو بھی خواب آتے ہیں وہ کچھ ہی عرصے میں حقیقت ہو جاتے ہیں۔ اس میں میری دادی جان کا ایک خواب قابل ذکر ہے۔

پاکستان بننے سے پہلے 1945ء کے آخر کی بات ہے، میرے والد صاحب چوہدری اقبال صاحب (بعد میں کرنل اقبال 11 بلوچ رجمنٹ) انگلش فوج میں بھرتی ہوئے اور انہیں سنگاپور بھیج دیا گیا۔ وہاں پر اس وقت بھی خطرات رہتے تھے اور کچھ عرصے کے لیے ان کے خطوط آنے بند ہو گئے ان کے بارے میں میری دادی جان بہت فکر مند رہتی تھیں۔

پھر ایک رات ایک بزرگ ان کے خواب میں آئے اور کہا ”فکر نہ کرو تمہارا بیٹا بخیریت ہے وہ واپس آئے گا اس کی شادی ہوگی چار بچے ہوں (یا غالباً بچے ہوں گئے کہا تھا) ان میں سے بڑے بچے کا نام گل محمد اور دوسرے کا مکھل محمد رکھنا“



اباجان بخیریت آئے شادی کے بعد ان کے چار ہی بچے ہوئے جن میں سے میرے بڑے بھائی کا نام کچھ مخصوص وجوہات کی بناء پر ظفر اقبال اور میرا پھل محمد کے بجائے قمر اقبال رکھا گیا۔

خوابوں کے بارے میں ایک حقیقت ہے کہ اگر آپ سچے خوابوں پر یقین رکھیں تو پھر ہی آپ کو سچے خواب آئیں گے۔ اور اگر پکا یقین (Faith) ہو تو پھر تقریباً ہر ہونے والی اہم بات ہر واقعہ آپ کو خواب میں اپنے یا کسی قریبی عزیز کے ذریعے معلوم ہو جایا کرے گا۔ مجھے بھی اگر کسی چیز سے متعلقہ معلومات ضرورت ہوتی ہیں تو یا تو چند دن اس علم کا ماہر کوئی آدمی مل جاتا ہے یا کوئی کتاب مل جاتی ہے ورنہ خواب میں ان معلومات کو یا کسی موجودہ شکل کا حل بتا دیا جاتا ہے۔ گو اب بذریعہ کشف بھی معلوم ہو جایا کرتا ہے۔

1992ء کے بعد مختلف روحانی تجربات ہونے شروع ہو گئے جن میں ایک دلچسپ بات یہ تھی کہ مجھ پر اکثر ایک خاص سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ اس وقت جو بھی دعا کر وہ قبول ہو جاتی ہے۔ 2000ء کے قریب ایک دفعہ پاکستان میں بڑا عرصہ بارش نہ ہوئی اور اگلے چھ ماہ بھی بارش نہ ہونے کی پیشنگوئی کی گئی تھی۔ انہی دنوں ایک شام مجھ پر وہ کیفیت طاری ہو گئی تو میں نے بارش کیلئے دعا کی۔ دو تین دن کے بعد کھل کر بارش شروع ہو گئی۔ مجھے تجربات میں یہ معلوم ہوا تھا کہ بارش کی دعا کی قبولیت زیادہ سے زیادہ چھ دن کے اندر ہوتی ہے۔ اسی طرح ایک دفعہ پچھلے کئی ماہ سے بارش نہ ہوئی تو اس کیفیت میں دعا کی تو خوب بارش ہوئی۔

بارش کے بارے میں ایسا کم از کم درجن بار ہو چکا ہے۔ اب تک یہ کبھی نہیں ہوا کہ اللہ نے یہ دعا رد کی ہو۔ اس طرح معلوم ہوا کہ مخصوص کیفیت طاری ہو تو ہوتی بارش بھی روکی جاسکتی ہے۔ ایسا اکثر ایک دو منٹ کے اندر ہی ہو جایا کرتا ہے۔

پھر فیملی میں جب بھی کسی کو کوئی مشکل آتی تو خواب میں ہی کوئی قرآنی آیت کا ورد بھی آجایا کرتا جس کے پڑھنے سے وہ تکلیف دور ہو جایا کرتی۔

یہ بھی معلوم ہوا کہ غصے یا جوش کی حالت میں جو بات منہ سے نکل جائے تو وہ ضرور پوری ہوتی ہے۔

لا علمی میں شروع شروع میں دو تین لوگوں کو بددعائیں بھی دی تھیں جو کہ فوراً پوری ہو گئیں مگر اب تو بددعا کا سوچ کر ہی طبیعت خراب ہونے لگ پڑتی ہے۔

اب کسی مسلمان کو بددعا تو میری زندگی میں آخری چیز ہوگی جو دوں گا۔ اور جو بھی روحانیت کے شائق میرے پاس آتے ہیں میں ان سے وعدہ لیتا ہوں کہ وہ کسی کو بددعا نہیں دیں گے کہ میرے سے شروع ہو کر یہ صفت خود بخود میرے قریبی دوستوں میں بھی پھیلتی جا رہی تھی جو کہ اکثر ایک دوسرے کو معمولی باتوں پر ناراض ہو کر بددعائیں وغیرہ دیکر ان کا نقصان کیا کرتے تھے۔

صوفیاء صحیح ہی کہتے ہیں پاگل آدمی کہ ہاتھ میں روحانیت کی یہ تلواریں دو۔ واقعی غلط لوگوں کے ہاتھوں میں یہ طاقت اسی طرح ہے جیسے بندر کے ہاتھ میں کھلا ستر۔ وہ پہلے خود کو بھی نقصان پہنچائے گا اور ہر پاس والے کو بھی۔ میرا دوست قلندر اس میں بندر کی ایک اور مثال دے رہا ہے کہ بندر کے ہاتھ میں ماچس آگنی تو اس نے شغل ہی شغل میں سارا جنگل جلا دیا تھا۔

میں بیماریوں کا انرجی کے ساتھ علاج جو کہ دم یا ریکی کے قریب کی ہی چیز ہے کیا کرتا ہوں جو میں قرآنی آیتوں کے استعمال سے اور پانی پر پھونک کر بھی پینے کیلئے دے دیتا ہوں۔ اس میں میرے پاس آنے والے کوئی اسی فیصد لوگ ایک ہی بار میں پانی لے جانے کے بعد صحت مند ہو گئے۔ یہ میں نے بے شمار لوگوں کو مفت میں سکھایا۔

بعد میں بہت سے بیمار ہاتھ سے صرف چھونے سے بھی صحیح ہو گئے۔ پھر میرے ساتھ یہ بھی ہونے لگ پڑا کہ پاس بیٹھے ہوئے عرصے سے تکلیف زدہ لوگ خود بخود ہی مکمل طور پر صحت یاب ہو گئے ان میں کچھ لا علاج بیماریوں والے بھی تھے۔



پھر کچھ دور سے علاج سے آنے والے راستے میں ہی تکلیف سے نجات پا گئے۔

1997ء کی بات ہے کہ ایک دن اپنی ایسٹریڈیم (ہالینڈ) میں بیٹھا ہوا وہاں موجود

ایک یونیورسٹی میں پڑھنے والی ایک ایرانی لڑکی کے ساتھ بات چیت میں مصروف تھا۔ وہ ابھی ابھی تہران میں موجود اپنی ماں کو ٹیلی فون کر کے آئی تھی جب اس سے حال پوچھا تو اچانک مجھے اپنے ٹخنے میں درد ہوا اس کا مطلب یہ تھا کہ مخاطب کو یا آس پاس موجود فرد کو تکلیف ہے۔ میں نے اس سے پوچھا کہ کیا اس کی والدہ کو ٹخنوں میں درد رہتا ہے۔

وہ کہنے لگی ”ہاں اسے عرصے سے یہ تکلیف ہے“ میں نے اپنے ٹخنے پر ہاتھ پھیر کر کہا اب اسے یہ تکلیف نہیں ہوگی۔

اس واقعہ کے کوئی دو ماہ کے بعد ایک دن وہی لڑکی ایک بچپن ساٹھ سالہ بزرگ عورت کے ساتھ دوکان پر فون کرنے آئی۔ اور مجھے اس کا اپنی ماں کے طور پر تعارف کروایا۔ اس پر میں نے اس کی ماں کے ٹخنے کی تکلیف کا پوچھا۔

اس نے فارسی میں اپنی ماں سے پوچھ کر بتایا کہ اب وہ تکلیف کوئی اسی نوے فیصد ختم ہو چکی ہے۔

ایسا آج کل بھی ہفتے میں دو چار بار ہو جاتا ہے کہ کوئی شخص مجھے آ رہا ہوتا ہے تو اسکی کوئی بھی موجود تکلیف مجھے بیٹھے بیٹھے محسوس ہونے لگ پڑتی ہے۔ اب مجھے کوئی پتہ نہیں ہوتا کہ کون آ رہا ہے۔ لیکن جب میں اپنا ہاتھ اس تکلیف زدہ عضو پر پھیرتا ہوں تو اس آنے والے شخص کی تکلیف مکمل طور پر ختم ہو جاتی ہے۔

پاس موجود اشخاص کے ساتھ بھی اکثر ایسا ہوتا ہے۔ اکثر ان کی چھوٹی موٹی تکلیفیں خود بخود ہی دور ہو جاتی ہیں۔

میرے ایک دوست مدر گھسن نے مجھے اپنے ایک دوست ڈاکٹر خلیل (ڈسکہ) سے ملوایا۔ وہ ڈاکٹر صاحب کسی قسم کے روحانی علاج یا روحانی واقعات کو نہیں مانتے تھے۔ جس دن مجھے

ملے اس سے ایک دن پہلے وہ انگلینڈ میں کسی ویران جگہ پر ایک پہاڑی پر بیٹھے رہے تھے۔

کیونکہ کسی نے انہیں بتایا تھا کہ جو گاڑی بھی پہاڑی کے پاس کھڑی کی جاتی ہے وہ خود بخود چڑھ کر پہاڑی کے اوپر پہنچ جاتی ہے۔

وہ اسی سلسلے میں بڑی دیر بیٹھے رہے تھے لیکن ان کی گاڑی وہاں ہی موجود رہی۔ انہوں نے ہنستے ہوئے مجھ سے اس واقعے کا ذکر کیا تو میں نے انہیں کہا ”کہ اگر ایسا واقعہ حقیقت میں ہوتا اور وہ بھی انگلینڈ میں تو نیشنل جیو گرافک والے اسے لازمی طور پر ریکارڈ کر کے اپنے چینل پر دکھا دیتے“

پھر روحانی علاج کے سلسلے میں، میں نے مدر گھسن کو اپنا واقعہ سنانے کو کہا وہ کہنے لگا کہ مجھے کمر میں تکلیف تھی۔ قمر صاحب نے صرف میری کمر کو چھوا تو چند سکینڈ کے اندر میری تکلیف ختم ہو گئی۔

پھر میں نے اپنی دکان میں موجود ایک لڑکے عرفان (حالیہ مقیم اٹلی) سے بات کروائی اور اسے اپنا تجربہ بتانے کہ کہا۔ عرفان کہنے لگا کہ مجھے ایک دن سخت بخار تھا قمر صاحب نے مجھے سامنے دیوار کو جا کر چھونے کو کہا۔ اس وقت ہماری دکان بند ہو چکی تھی میں واپس گھر کی طرف ٹرام (بس نما ٹرین) میں بیٹھ کر چل پڑا۔ مجھے محسوس ہوا کہ مجھے بڑا پسینہ آ رہا ہے۔ میں گھبرا گیا لیکن پھر دیکھا تو میرا بخار ختم ہو چکا تھا۔“ اور پھر کبھی نہ ہوا۔

اس کے بعد میں نے مدر کے ہی ایک پاکستانی دوست حسنا کو بلایا جو کہ پڑوس میں ہی کام کرتا تھا۔ اس نے ڈاکٹر صاحب کو بتایا کہ مجھے سر میں درد تھا، قمر صاحب نے مجھے اپنے سر پر ہاتھ پھیر کر سامنے دیوار کے کونے کو ہاتھ لگانے کہ کہا۔ میں ہاتھ لگا کر واپس آیا تو محسوس کیا کہ میرے سر کا درد ختم ہو چکا تھا۔

پھر ہم اپنی دکان کے پچھلی طرف چوہدری ضیاء اور شوکت کی دکان کی طرف چل پڑے۔ میں نے ان سے چوہدری شوکت (جلاپور جٹاں) کو ملایا اور شوکت کو اپنا تجربہ بیان کرنے



کو کہا۔

شوکت کہنے لگا ”1990ء کے قریب میں پہلی دفعہ پاکستان میں پیر صاحب (شوکت مجھے پیر صاحب کہتا ہے) کو ملا۔ مجھے بچپن سے دردِ شقیہ کی سخت شکایت تھی۔ میں نے پاکستان میں بہت سی جگہوں سے دوائیں لیں، دم کروایا لیکن افاقہ نہ ہوا۔ پیر صاحب نے مجھے ایک ہی دفعہ چند منٹ دم کیا تو اس دن کے بعد اب سولہ سترہ برس گزر چکے ہیں ایک دن بھی درد کی شکایت نہ ہوئی۔

یہ سب واقعات ڈاکٹر خلیل صاحب کو پریشان کر رہے تھے انہوں نے شوکت سے پوچھا، کیا تمہیں مٹی سے الرجی ہے وغیرہ وغیرہ۔

پھر میں نے اپنے ہی پارٹر محمد جمیل باہر (تحصیل چیچہ وطنی ضلع ساہیوال) سے ملوایا اس نے اپنے بیٹے کے آپریشن کے بعد رکنے والے خون کا قاصلے سے دم کر کے ایک منٹ کے اندر بند ہونے کا بتایا۔ یہ ہیلنگ میں نے کئی کلومیٹر دور سے کی تھی۔

اسی قسم کے سوالات وہ باقی سب ٹھیک ہونے والوں سے بھی پندرہ منٹ پہلے کر چکے تھے۔ لیکن ان سب سوالات میں انہیں کوئی ایسی وجہ نہیں مل رہی تھی جس کے مطابق وہ لوگ اتفاق سے ٹھیک ہو گئے ہوں۔ گوڈاکٹر صاحب کی پوری کوشش تھی کہ کوئی ایسی وجہ مل جائے جس میں ان لوگوں کا ٹھیک ہونا وہ وجہ قرار دیا جاسکے۔ لیکن انہیں کوئی ایسی وجہ نہ ملی۔

اسی دوران میری نظر ایک اور لڑکے شاہد پر پڑی جس کی بیوی چائیز ہیں۔ میں نے شاہد کو بلایا اور اس سے اپنا واقعہ سنانے کو کہا۔

شاہد کہنے لگا ”اب سے سات سال پہلے ایک دن برسلز میں ہم سرفراز بٹ صاحب کے زیر تعمیر ہوٹل میں جمع تھے تو قمر صاحب سرفراز بٹ صاحب سے مخاطب ہو کر کہنے لگے کہ آپ کو کمر میں درد تو نہیں ہوتا؟

بٹ صاحب نے کہا مجھے تو کوئی درد نہیں ہے۔ اس پر قمر صاحب نے مجھے مخاطب ہو کر

کہا کہ شاہد پھر تمہیں ہوتا ہوگا۔

میں نے کہا ہاں کیونکہ میں کنسرکشن کا کام کرتا ہوں۔ مجھے برسوں سے کمر درد کی شکایت ہے، ہر طرح کا علاج کراچکا ہوں یہ درد ٹھیک نہیں ہو رہا۔

تو پھر قمر صاحب نے مجھے اپنی کمر پر ہاتھ پھیر کر سامنے کی دیوار کو ہاتھ لگانے کو کہا۔ میں اپنی کمر پر ہاتھ پھیر کر دیوار کے ہاتھ لگا کر واپس آ گیا۔ میں ہاتھ لگا کر واپس آیا۔ اب سات برس کے قریب ہو چکے ہیں مجھے دوبارہ کبھی کمر میں درد نہیں ہوا۔“

اسی طرح میرے کبھی قریبی دوست مالی طور پر بڑی ترقی کر چکے ہیں۔



## پاکستان کے ساتھ زیادتیاں

1947ء میں پاکستان بننا ہے۔ انڈیا کو تو ایک بنا بنایا ملک ملا تھا۔ پاکستان وسائل سے بالکل تہی دست تھا۔

1948ء میں انڈیا سے پریم جی آتے ہیں اور اپنا سیٹ اپ پاکستان میں بنانے کی کوشش کرتے ہیں۔ انہیں کسی قسم کی پذیرائی نہیں ملی۔ بلکہ الٹا انہیں لال فیتے کے چکر میں الجھا کر یہاں سے بھگا دیا گیا۔

انہوں نے جا کر اپنا سیٹ جنوبی انڈیا میں لگایا۔ آج 2007ء میں انڈیا پریم جی کی ہی کاوشیں جو انہوں نے وہاں اپنا کاروبار کی تھیں آج انڈیا انفارمیشن ٹیکنالوجی (I.T) میں اپنی آمدنی میں سے ایک بڑا حصہ (کوئی پچاس ارب ڈالر سے زائد) اس سے کما رہا ہے۔

اس ساری آمدنی میں پریم جی گروپ کا آدھے سے زیادہ حصہ ہے۔ جبکہ پاکستان نے 2005ء میں ٹوٹل تین سو ملین ڈالر کا کاروبار کیا تھا۔

1950ء میں جرمن کی مرسدیز کار والے پاکستان میں کارخانہ لگانے کیلئے آتے ہیں۔ وہ پاکستان کو بڑی ہی آسان پچاس سالہ قسطوں پر پچاس ملین ڈالر میں کارخانہ لگانے کی پیشکش کرتے ہیں۔ اس وقت لیاقت علی خان کا وزیر خزانہ امریکہ کی Ford کمپنی سے رشوت لیکر حکومت کو یہ بتاتا ہے کہ ہمیں تو فورڈ امپالا کار دو ڈھائی ہزار ڈالر میں مل رہی ہے۔ ہمیں مہنگا کارخانہ لگانے کی کیا ضرورت ہے۔

مرسدیز کمپنی والے واپس چلے جاتے ہیں۔ اگر وہ کارخانہ 1950ء میں لگ جاتا تو 1970ء میں اس سے طیارے تک تیار ہو سکتے تھے۔ اور یہ ہمارے ڈیفنس میں ریڑھ کی ہڈی ہوتے۔ اور ہم ٹیکنالوجی میں کتنا آگے ہوتے۔

1973ء میں انڈیا کے سابقہ صدر عبدالقادر آزاد صاحب ہالینڈ سے پاکستان آتے ہیں اور پاکستان کو آفر کرتے ہیں کہ وہ انہیں ایٹم بم بنا کر دے سکتے ہیں۔ پاکستان میں اس وقت کرسیوں پر بیٹھے ہوئے حضرات انہیں مختلف طریقوں سے تنگ کر کے واپس بھگا دیتے ہیں۔

1965ء کی فضول اور بیکار جنگ ذوالفقار علی بھٹو اور جنرل اختر ملک (تھانہ چونترہ گوجر خان) کی سازشوں کا نتیجہ تھی۔ انہوں نے ایوب خان کو یہ کہہ کر غچہ دیا تھا کہ امریکہ انٹرنیشنل بارڈر لائن پار نہیں کرے گا۔

حالانکہ یہ کس طرح ممکن ہے کہ آپ کشمیر میں اس کا گلا کاٹ رہے ہیں اور وہ آپ پر جوابی وار نہیں کرے گا۔ اور انڈیا نے 6 ستمبر 1965ء کو یہ وار کر دیا۔ جنرل اختر ملک نے 6 ستمبر سے پہلے مقبوضہ کشمیر میں پاکستانی فوج کی فتوحات کی غلط خبریں بھی خاصا وقت GHQ کو دی تھیں۔

بھٹو صاحب کے اور کارنامے بھی اسی طرح کے رہے ہیں۔ اگر وہ الیکشن جیتنے والے بنگالیوں کو حکومت دے دیتے تو پاکستان کبھی نہ ٹوٹا اور بنگالی کبھی علیحدہ نہ ہوتے۔ حکومت ملنے کے بعد بنگالیوں کے علیحدہ ہونے کا کوئی جواز نہیں رہتا تھا۔

اسی طرح پاکستان میں کارخانوں کو نیشنلائز کرنا ایسی سنگین غلطی تھی جو اگر نہ کی جاتی تو پاکستان آج جنوبی کوریا سے آگے ہوتا اور جاپان کو چیلنج کر رہا ہوتا۔

مجھے ایک دفعہ ایک پیپلز پارٹی کا کارکن ملا جب میں نے ”بھٹو کے کارناموں“ کی تفصیل اسے بتائی تو وہ کہنے لگا ”ان سب باتوں سے بڑا ظلم بھٹو نے ایک کیا ہے وہ کالجوں میں سٹوڈنٹ یونین سازی ہے جس کے بعد تعلیم کا ایسا بھٹہ بیٹھا ہے کہ وہ آج تک اٹھنے نہیں پارے“

پاکستان کے ساتھ زیادتیوں کی تفصیل بڑی طویل ہے۔ اس وقت اگست 2008ء میں اپنی مسلسل جنگ کے 29 سال مکمل کر چکا ہے۔ 1979ء سے 1988ء تک روس کے



خلاف افغانستان میں جنگ کرتا رہا۔ پھر وہاں سے 1996ء تک طالبان کا افغانستان پر قبضہ کروانے کی جنگ، پھر طالبان کی حمایت اور مخالفوں سے جنگ اور آخر کار ستمبر 2001ء سے لیکر اب تک ”امریکہ کے ساتھ ملکر دہشتگردی کے خلاف جنگ“۔ اتنی لمبی جنگوں کا نتیجہ تو پاکستان نے آخر کچھ نہ کچھ بھگتنا تھا ہی۔

انشاء اللہ پاکستان اب مسلسل جنگوں کے اس دور سے نکلنے والا ہے۔

لیکن پاکستان میں لوگوں سے ملنے اور دنیا بھر میں موجود تارکین وطن پاکستانیوں (جو کوئی ایک کروڑ ہیں) کے حالات کا جائزہ لینے اور ان سب کے حالات و واقعات و ذہانت کا تجزیہ کرنے کے بعد مجھے یہ پختہ اور غیر متزلزل یقین ہو چکا ہے کہ پاکستان ہر حالت میں ترقی کرے گا اور بہت زیادہ کرنے کا (انشاء اللہ)

ہمارے دشمن چاہیں جو بھی چالیں، سازشیں کرتے رہیں وہ اسے ترقی کے دور میں ست رفتار تو کر سکتے ہیں مگر روک نہیں سکتے۔ یہ چیز ہمیں اور خصوصاً ہمارے سیاسی رہنماؤں کو اپنے فیتھ کا ایک حصہ بنالینی چاہیے۔

## عقل اور اسلام

قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے کہ ”اہل ایمان کے سامنے اللہ کے قوانین پیش کیے جاتے ہیں تو وہ انہیں بھی تدبیر کے بعد قبول کرتے ہیں ان پر بہرے اور اندھے ہو کر نہیں گر پڑتے“ (۲۵/۷۳)۔ اسلام ہر معاملے میں عقل کا دین ہے۔ اس میں صرف ایک شے ہی ایسی ہے جسے آپ اپنی سبھی علم حاصل کرنے والی حسوں یعنی دیکھنے، سننے، چھونے، چکھنے اور سونگھنے کی مدد سے نہیں معلوم کر سکتے وہ شے اللہ تعالیٰ کی ذات ہے۔ گو پیچھے باب انفرادی اور اجتماعی ذہن اور روح میں بیان شدہ اجتماعی لاشعور کی صورت میں سائنسدان کچھ ایسی طاقت دریافت کر چکے ہیں جو خدا تو نہیں مگر خدا کے تصور کے کچھ قریب ضرور ہے مگر خدا تو اس سے بہت اوپر کی مکمل ترین ذہین ترین اور طاقت ور ترین ذات ہے۔

اسلام میں بڑائی کا معیار تقویٰ بیان کیا گیا ہے۔ تقویٰ سے مراد اللہ کا ڈر بلکہ جزا کا ڈر ہے کہ اللہ تو ماں سے ستر گنا زیادہ پیار کرتا ہے۔ لیکن تقویٰ کا اصل مطلب اللہ پر بھروسہ (ایمان و فیتھ) ہے

یہ زندگی ڈر و خوف سے بھری ہوئی ہے جس میں سینکڑوں قسم کے خوف ہیں۔ اسی لیے اسلام کا پیغام ہے کہ سب ڈروں کو چھوڑو ایک اللہ سے ڈرو۔

قرآن پاک کا فرمان ہے کہ اللہ کی رسی کو مضبوطی سے پکڑے رکھو اور تفرقے میں مت پڑو۔

اسلام آسانی کیلئے آیا ہے مشکل کیلئے نہیں۔

اسلام میں ہر چیز کو عقل کے معیار پر پرکھنے کا کہا گیا۔

بیشمار صوفیاء اللہ کو پالنے کو ہی روحانیت کی حد سمجھتے رہے۔ تصوف کی زبان میں فتانی



اللہ کہا جاتا ہے۔ پھر مجد الف ثانی آتے ہیں انہوں نے اس سے آگے بقابا اللہ کا بتایا۔ کہ اللہ تعالیٰ کی ذات میں فنا ہونا اسلام کے مقصد سے باہر کی چیز ہے۔ مسلمان کو ان مراقبات سے واپس دنیا میں آکر اپنے فرائض سرانجام دینے فرض ہیں۔

ہنود فنا فی اللہ کو زوانا کہتے ہیں۔ ان کے نزدیک یہ روحانیت کی انتہا ہے ان کے عقیدے میں یہ سادھی (گہرا مراقبہ) میں ہی ممکن ہے۔ مگر فنا فی اللہ یا زوانا کا عقیدہ ہی کمزور بنیادوں پر کھڑا ہے۔

اس میں پہلا نقص تو یہ ہے کہ یہ مستقل کیفیت ہو ہی نہیں سکتی کہ جسمانی ضرورتیں انسان کو واپس عام دنیا میں لے آتی ہیں۔

اس میں دوسرا نقص یہ ہے کہ یہ تو نیند کی طرح کی ہی کیفیت ہوتی ہے یا جیسے انسان کو مسمرائیز کر کے جو کچھ چاہیں دکھالیں۔ بلکہ انسانی ذہن خود کو ہپناٹائز کرنے کی مکمل صلاحیت کرتا ہے۔ دراصل یہ سیلف ہپناٹزم کی ہی ایک قسم ہوتی ہے۔

وہ روشنی جس کا ملنا ہم خدا کا نظر آنا یا ملنا سمجھتے ہیں وہ روشنی جو اولیاء اللہ کو نظر آئی وہ لازمی نہیں خدا ہی ہو حضرت عبدالقادر جیلانی کو بھی شیطان نے اسی طرح بھٹکانا چاہا تھا اور کہا تھا کہ میں تمہارا رب ہوں۔

تیسرا اگر آپ فنا فی اللہ یا ہنود کے لفظوں میں زوانا کو پا بھی لیتے ہو اور بڑا عرصہ خوراک و پانی کے بغیر گزار بھی لیتے ہو تو یہ اس طرح ہے جیسے بر فانی ریچھ کی نیند۔ جو کہ چھ مہینے سوتا ہی رہتا ہے۔

ایسے لوگ دوسروں کا کچھ بھی بھلا نہیں کر پاتے۔

اگر زوانا ہی روحانیت کا حتمی حاصل ہے تو پھر انڈیا میں زوانا پانے والے دنیا میں سب سے زیادہ ہوتے ہیں ان کی برکت سے انڈیا کو تو دنیا کا خوشحال ترین ملک ہونا چاہیے۔ اس کے برعکس انڈیا کے لوگوں کے مالی حالات ایسے ہیں جن کے بارے میں خشونت سنگھ نے اپنی کتاب

میں انڈیا کا ایک لطیفہ لکھا ہے۔

ساری دنیا میں صدیوں سے یہ بحث جاری ہے کہ حضرت آدم اور اماں حوا دنیا میں کس جگہ پر اترے تھے۔ اس مسئلے کو حل کرنے کیلئے ساری دنیا سے ماہرین جمع ہوئے تھے۔

اس میں عدن والے (عرب کا آخری ملک) کہتے ہیں کہ باغ عدن ان کے ملک میں ہی تھا اس لیے حضرت آدم وہاں پر ہی اترے تھے۔

افریقہ والے اپنا دعویٰ لیکر آئے کہ انسان کیلئے قدرتی طور پر موسم افریقہ کا ہی موزوں ہے۔ وہاں ہی ہر زمانے سے کھانے پینے کی اشیاء اور ہر طرح کے جانوروں کی بھی افراط رہی ہے اس لیے حضرت آدم وہاں پر اترے تھے۔

سری لنکا والے اپنا دعویٰ لیکر آگئے، ان کے یہاں پہاڑ پر حضرت آدم کے قدموں کے نشان موجود ہیں اس لیے حضرت آدم سری لنکا میں اترے تھے۔

یورپ والے یہ دعویٰ کرتے ہیں کہ حضرت آدم کوہ ایلپس (آسٹریا) پر اترے تھے۔

سعودی عرب والے بعد ہیں کہ حضرت آدم سعودی عرب کی زمین پر اترے تھے۔

بننا سنگھ یہ ساری بحث غور سے سن رہا تھا اس بحث میں جو تصویری اشکال دکھائی جاتی ہیں وہ بائبل کی تصویریں ہیں جس میں حضرت آدم اور اماں حوا کو ایک پتے سے ستر ڈھانپے ہوئے

اور ایک سیب ہاتھ میں پکڑے ہوئے (کہ بائبل کے مطابق سیب کھانے کی وجہ سے حضرت آدم کو جنت سے نکالا گیا تھا۔) دکھایا جاتا ہے۔ وہ یہ تصویریں بڑی توجہ کے ساتھ دیکھتا رہا آخر میں کھڑا

ہو کر کہنے لگا "اس بحث میں موجود سارے لوگ ہی بکواس کر رہے ہیں بھائی پہننے کو ایک پتا کھانے کو صرف ایک سیب، یہ بھوک یہ تنگ، یہ دنیا میں صرف انڈیا میں ہی ممکن ہے۔

حضرت آدم سو فیصد انڈیا میں ہی اترے تھے۔"



## فریبلی بنانا

کوئی 1983ء کی بات ہے میں ہالینڈ میں مقیم تھا۔ وہاں ایک گاؤں میں گائے کے فارم کی سیر پر گیا ہوا تھا۔ وہاں پر مجھے بتایا گیا کہ ہالینڈ گورنمنٹ والے فارم میں گائیوں کی کم از کم تعداد 30 کرنا چاہتے تھے۔ اور کہتے تھے کہ جو بھی کسان اس سے کم تعداد میں گائیں رکھے وہ ان کی تعداد 30 پوری کر لیں۔ ورنہ وہ اپنی گائیں بیچ کر گورنمنٹ سے بے روزگاری الاؤنس لینا شروع کر دے۔

اس پر وہاں ساتھ موجود ایک ڈچ تو جوان کہنے لگا۔ ”گورنمنٹ کی یہ عجیب بیوقوفانہ پالیسی ہے کہ جو کسان اپنی پندرہ یا بیس عدد گائیوں کے ساتھ خوش ہیں گورنمنٹ انہیں کیوں چھیڑ رہی ہے۔“ مجھے بھی اس تو جوان کی بات بڑی معقول لگی اس پر ساتھ موجود ایک سمجھدار آدمی بولا ”یہ دراصل ڈیری فارمز کی ترقی کیلئے ہی کیا جا رہا ہے کہ جب فارم میں کم از کم تیس گائیں ہوتی ہیں تو وہاں پر ٹریکٹر لینا، دودھ دوہنے کی مشینیں لگانا، دودھ کو محفوظ کرنے کا پلانٹ پھر ڈاکٹر کا آنا یہ سب کام فارم کیلئے قابل برداشت (Feasible) ہو جاتا ہے۔ کم گائیوں والے یہ خرچ برداشت نہیں کر سکتے۔ ایسے کرنے سے ملک میں ڈیری فارمنگ کو ترقی ملے گی“

اب میں جب وہ واقعہ یاد کرتا ہوں تو مجھے بھی یہ اندازہ ہوتا ہے کہ اگر ہم اپنے ملک میں کم از کم زمین کی حد ڈیڑھ سوا ایکڑ کر دیں تو ملک میں زراعت بہت ترقی کرے گی۔ کہ اتنی زمین والا ٹریکٹر، تھریشر، مہنگے بیج اور دوائیں اور سٹورج وغیرہ سب کچھ برداشت کر سکتا ہے۔

کم زمین رکھنے والا کسان تو غربت کے چکر سے نکل ہی نہیں پاتا۔ زراعت اب اتنی مہنگی ہو چکی ہے کہ اس میں ٹریکٹر، ڈیزل، تھریشر، بیج، کھادوں کے خرچے، دواؤں کے خرچے وغیرہ اتنے بڑھ چکے ہیں کہ چھوٹا کسان اس میں پس کر ہی رہ جاتا ہے۔ اور ایسے کسان کی ساری

دنیا میں وہی حالت ہوتی ہے جس پر قلندر کا ایک لطیفہ شمس۔

پہلی جنگ عظیم سے کچھ پہلے کا واقعہ ہے کہ امریکہ میں ایک نوجوان CSP آفیسر کو گاؤں میں پوسٹ کیا گیا۔ اس نے اگلے دن اپنے سینئر آفیسر کو فون پر کچھ رپورٹیں دیں۔ پھر کہنے لگا ”کل میں نے یہاں ایک عجیب و غریب جانور دیکھا ہے (جو کہ دراصل بکرا تھا) اس جانور کی پسلیاں کمر کے ساتھ لگی ہوئی تھیں اس کی چھوٹی سی داڑھی بھی تھی۔ یہ عجیب مسکینانہ طریقے سے چلتا تھا۔ پھر چند قدم چلنے کے بعد سر گھما کر دائیں بائیں بیوقوفانہ طریقے سے دیکھتا تھا پھر آگے چل پڑتا تھا۔ جناب یہ کون سا جانور ہے۔“

اس کے سینئر نے اسے جواب دیا ”ینگ مین اس جانور کو کسان کہتے ہیں“ دنیا میں حکومتیں اپنے کسانوں کی مدد اور عوام کو سستی خوراک کی فراہمی کیلئے مالی امداد (سبسڈیز) دیتی ہیں۔ مگر ہمارے ملک میں انصاف کی غیر موجودگی میں ایسا کرنا ممکن ہی نہیں ہے۔ ورنہ انتظامیہ اور جاگیر دار مل کر یہ ساری سبسڈیز ڈکار جائیں گے۔ انصاف کے بغیر غریب کو نہ کچھ ملا ہے اور نہ کچھ مل سکتا ہے۔



## پاکستان کے معدنی وسائل

میرے ایک جاننے والے انگلینڈ میں جیالوجی (زمین و معدنیات سے متعلقہ علوم) پر اپنی دوسری پی۔ ایچ۔ ڈی کر رہے ہیں۔ 2006ء میں ایکسٹریکٹ میں ان سے ملاقات ہوئی۔ خاصی اچھی گپ شپ ہوئی۔ یہ کوئٹہ کے رہنے والے پٹھان ہیں اور بہت اچھے انسان ہیں۔ وہ مجھے کہنے لگے ”میری انگلینڈ میں اپنی یونیورسٹی کی ایک مینٹنگ میں اپنے اساتذہ اور انتظامیہ کے لوگوں سے ایک پارٹی ملاقات ہوئی تو میں نے ان سے یہ سوال کیا آپ کی ایک تہذیب یافتہ (Civilized) ملک اور قوم ہیں؟ وہ کہنے لگے ہم ایک تہذیب یافتہ قوم اور ملک ہیں اس پر میں نے پوچھا کہ پھر آپ عراق میں کیا لینے گئے وہاں پر تو آپ کو کیمیاوی ہتھیار اور ایٹم بم وغیرہ کچھ نہ ملا آپ انہی کا بہانہ کر کے گئے تھے اور واپس بھی نہیں آ رہے آپ کیسی Civilized قوم ہیں۔

اس پر وہ سب خاموش ہو گئے جب میں نے دوبارہ یہ سوال پوچھا تو ان میں سے ایک نوجوان پروفیسر میرے قریب آ کر آہستہ سے بولا۔ یہ تہذیب یافتہ نہ ہونے کی بات نہیں ہم وہاں کاروبار پر گئے ہیں (یعنی تیل لوٹنے کیلئے)۔  
یہ سن کر مجھے علامہ اقبال کا ایک شعر یاد آیا۔

فطرت کے قاضی کا یہ فتویٰ ہے ازل سے

ہے جرم ضعیفی کی سزا مرگ مفاجات

انہی خان صاحب سے میں نے پاکستان میں معدنیات کی مالیت کے بارے میں پوچھا تو وہ کہنے لگے ”ہم پہلے نہیں بتاتے تھے کہ طاقتور ملک لوٹنے ہی نہ آجائیں مگر اب چونکہ ان ملکوں کو معلوم ہو چکا ہے اس لیے بتا دیتے ہیں“

پھر انہوں نے تفصیل بتائی ”ہمارے ملک میں سونا مینڈک اور روڈک کے مقام پر

خاصی مقدار میں موجود ہے۔ سٹیل ساری دنیا سے بہتر کوالٹی کا کوئٹہ کے پاس موجود ہے۔ دنیا میں کوئلے کے دوسرے سب سے بڑے ذخائر تھر پارکر (سندھ) میں موجود ہیں۔ دنیا میں نمک کی دوسری سب سے بڑی کان کھیوڑہ (جہلم) میں موجود ہے۔ زمر دسوات میں اور روبی افغانستان بارڈر کے ساتھ پاکستانی علاقے میں بہت بڑی مقدار میں موجود ہے۔ یورینیم دنیا بھر میں اعلیٰ ترین کوالٹی کا ہمارے پاس بے حساب موجود ہے۔ سیلیکان ریت جوامر یکہ وغیرہ میں دوڈالرنی کلو بکتی ہے ہمارے پہاڑ اس سے بھرے ہوئے ہیں۔“ اور بھی بہت سی چیزوں کا انہوں نے بتایا۔ یہ تفصیل خاصی لمبی تھی میں نے مختصر ان چیزوں کی مالیت پوچھی تو وہ کہنے لگے ”تیل اور گیس کو چھوڑ کر بھی ہمارے ملک میں اتنی معدنیات ہیں کہ تین پاکستانوں کو بھی سو سال تک فکر کرنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔“

ان کی بات سن کر میں یہ سوچنے لگا کہ ہمارے ملک میں تیل و گیس اتنا ہے کہ وہی ہمارے ملک کو سو سال سے زیادہ چلانے کیلئے موجود ہے۔ گویا ماہرین ہمارے ملک میں تیل کو چھ سے سات ہزار میٹر گہرائی میں بتاتے ہیں اور اسے نکالنا مہنگا سمجھتے ہیں۔ مگر درحقیقت پاکستان میں بہت کم گہرائی پر بھی خاصی بڑی مقدار میں تیل موجود ہے۔ لیکن اگر کہیں نکل بھی آتا ہے تو انٹرنیشنل آئل مافیہ ہمارے سول سروسز اور سیاسی لیڈروں کو رشوت دیکر اس کو ان فیئر بیل (مالی، غیر فائدے مند) قرار دلوادیتے ہیں۔ پہلے دراصل ہمارے ملک میں تیل کی رفا سٹریز کا نہ ہونا بھی ایک بہت بڑا مسئلہ تھا۔

پھر پاکستان میں اگر گوادر پورٹ ہی صحیح طریقے سے چلائی جائے تو ملک کے بجٹ و پورا کرنے کیلئے کافی ہے۔ یہ سب کام صحیح طریقے سے کرنے کیلئے صرف ہمیں انصاف پر مبنی صحیح نظام چاہیے۔

گوادر پورٹ کے بارے میں رپورٹنگ پڑھنے کے بعد معلوم ہوا ہے کہ جب یہ پوری طرح فنکشنل ہو جائے گی تو اس سے ٹوٹل تیس تا ساٹھ ارب ڈالر سالانہ کا کاروبار متوقع



ہے۔ امریکہ کے مشہور روزنامے Financial Times نے اس رقم کو ساٹھ ارب ڈالر سالانہ بتایا ہے۔

جو لوگ معاشیات کو نہیں جانتے ان کے لیے عرض یہ ہے کہ ایران جو آج کل ٹوٹل 30 ارب ڈالر سالانہ کا تیل بیچتا ہے اور بڑا امیر ملک تصور ہوتا ہے (اس وقت تیل کی قیمت 130 ڈالر فی بیرل تھی اب یہ کوئی چار گنا کم ہو چکی ہے) ہمیں انشاء اللہ اس سے کہیں زیادہ آمدنی گوادریپورٹ سے ملے گی اور مستقل طور پر رہے گی۔ کہ تیل و گیس کا متبادل تو آسکتا ہے یا اس کی قیمتیں گر سکتی ہیں۔ مگر گوادریپورٹ کا متبادل کوئی نہیں ہے۔ چین جو دوہنی کا راستہ استعمال کر رہا ہے اس میں اسے چار دن لگتے ہیں گوادریپورٹ سے صرف 2200 کلومیٹر فاصلہ پڑتا ہے۔ اس فاصلے کو کچھ عرصے کے بعد 1800 کلومیٹر اور پھر 1600 کلومیٹر کرنے کا پروگرام ہے۔

اس پورے علاقے میں گہرے سمندر کی پورٹ صرف گوادریپورٹ ہے۔ یہاں پر ایک لاکھ ٹن تک کا بحری جہاز لنگر انداز کر سکتا ہے۔ دوہنی کی حد 33 ہزار ٹن اور انڈیا کی 15 ہزار ٹن کے قریب ہے۔

لاکھ ٹن کے شپ ہی گندم وغیرہ لے کر آیا کرتے ہیں ورنہ انہیں کھلے سمندر میں چھوٹے جہازوں میں ان لوڈ کر کے شپ یا رڈ تک لایا جاتا ہے جو کہ خاصا مہنگا پڑتا ہے۔ ہمارے بہت سے لوگ یہ اعتراض کرتے ہیں کہ گوادریپورٹ کبھی بھی نہیں چل پائے گی۔ اس کا جواب یہ ہے کہ اگر اسے ہماری پاکستانی انتظامیہ نے ہی چلانا ہوتا تو شاید یہ کبھی بھی نہ چل پاتی مگر اسے چلانا چین کی مجبوری ہے۔ چین ہی اسے چلائے گا۔ ایک محتاط اندازے کے مطابق دنیا کے 5% سے 16% تک معدنی وسائل ہمارے ملک میں ہیں۔ ان کی مالیت کوئی 10 ٹریلین ڈالر سے زیادہ ہے۔ مجھے صرف ایک ہی خطرہ ہے کہ ہمارے ملک کی معدنیات کو کہیں ہمارے کرپٹ اور بددیانت بیوروکریٹ اور حکمران کوڑیوں کے مول باہر کے ملکوں کی ملٹی نیشنل کوندے دیں۔ ہمیں ان چیزوں میں ہونے والی غیر ملکی سرمایہ کاری کو بڑی تنقیدی نظر سے دیکھنا ہوگا اور لازمی دیکھنا ہوگا۔

## سیاست پر بحث و مباحثہ

میں پاکستان میں کوئی نوے فیصد لوگوں کو اپنا سب سے زیادہ وقت سیاست کے بارے میں بحث و مباحثہ کرتے اور اکثر ان کو اپنی زیادہ تر توانائی اس میں پھونکتے اور دوسروں کو اپنی دلیلوں سے قائل کرنے کی کوشش میں دیکھتا رہتا ہوں۔ اور اللہ کے فضل و کرم سے ہمارے تقریباً تمام لوگ اپنے اپنے نظریات پر اتنے پختہ ہو چکے ہیں کہ گائے کی طرح ہیر پھر کر پھر اسی پرانی کھری (تھان) پر جا کھڑے ہوتے ہیں۔

ہمارے عوام میں سیاسی شعور تو خاصا آچکا ہے مگر انہیں چاہیے کہ وہ زیادہ تر توانائی اپنے منتخب شدہ شعبے یا پیشے میں ہی استعمال کریں۔ اتنی ہی محنت اس پر کریں اور اس شعبے میں خود کو دوسروں کی ضرورت بنالیں پھر ان کی زندگی زیادہ بہتر، کامیاب اور پرسکون گزرے گی۔ وہی لوگ سیاست پر زیادہ بحث و مباحثہ کریں جو کہ اس شعبہ کو چن چکے ہیں اور اس شعبے میں زیادہ ماہر ہو کر پروڈیکٹو (عملی) استعمال میں لانا چاہتے ہیں جیسے اخباروں کے رپورٹرز یا کالم نگار یا الیکٹرانک میڈیا پر کام کرنے والے، پھر سیاست پر کتابیں وغیرہ لکھنے والے وغیرہ۔

باقی لوگ بحث و مباحثہ منتخب شعبہ میں ہی کریں اور سیکھنے یا سکھانے کی غرض سے کریں۔

پاکستان میں لمبا عرصہ بحث و مباحثہ سننے کے بعد میں اس فیصلے پر پہنچا ہوں کہ ہم لوگ بحث میں ہارنا (خصوصاً مذہب یا سیاست سے متعلقہ بحث) سخت بے عزتی سمجھتے ہیں۔ اور اس میں ہماری ڈھٹائی کا عالم یہ ہوتا ہے کہ اگر مشاہد حسین سید صاحب بھی کسی چھابڑی والے کے ساتھ بحث کر کے اسے سیاست میں اپنے نظریات پر قائل کر لیں تو میں ان کا مرید ہو جاؤں گا۔



## دنیا کی معاشیات

مجھے بڑا عرصہ سیاست میں گہری دلچسپی رہی۔ اسی دوران دنیا کی سیاست پر بھی گہری نظر رکھنے کی کوشش کی ہے۔ پھر معلوم ہوا کہ جس کا کام اسی کو ساجھے۔

یعنی اپنے منتخب شدہ شعبے میں مہارت حاصل کرنا ہی کافی ہے جو کہ میرے کیس میں روحانیت اور (Self Improvement) ہے۔ دراصل انصاف کے بعد سیاست میں وہ چیزیں بے حد ضروری ہوتی ہیں۔ ایک معاشیات اور دوسرا اخلاقیات۔

اس میں مغرب کا سسٹم چل ہی معاشیات پر رہا ہے۔ اخلاقیات کا تو انہوں نے دیوالیہ ہی نکال دیا ہے۔ وہ اپنی عجیب و غریب اخلاقیات لیکر اسے چلانے کی فکر میں ہیں۔

سیاست میں پیسے کی اہمیت سب سے زیادہ ہے۔ بلکہ سیاست کو پولیٹیکل اکانومی ہی کہتے ہیں۔ سیاست میں گہری دلچسپی لینے والوں کو معاشیات (اکانومی) کی لازمی سمجھ ہونی چاہیے۔ ورنہ انہیں سیاست میں اناڑی ہی تصور کیا جائے گا۔

پاکستان میں نوے فیصد بلکہ زیادہ سیاست دان (حتیٰ کہ چوٹی کے سیاست دان بھی) معاشیات سے نا بلد ہی ہیں۔ بلکہ ان کو پاکستان کا سالانہ بجٹ تک معلوم نہیں۔

ہمارے ملک میں ووٹ کو تھانے کچھری اور بد معاشی کی بنیاد پر لینے کی مہارت کو ہی کافی سمجھا جاتا ہے۔

پاکستان میں ووٹ پنجاب کے 56 فیصد، کراچی کے کوئی 10 فیصد اور سندھ کے تقریباً 15 فیصد انہی چیزوں کے زیر اثر لیے جاتے ہیں۔ وجہ انصاف کی عدم فراہمی ہے۔ اور انصاف کی عدم فراہمی میں ملک کے آدھے سے زیادہ ووٹ اسی طرح لیے جاتے رہیں گے۔

پاکستان میں صرف ایک گروپ کو معاشیات میں کچھ سمجھ رکھتے ہوئے دیکھا ہے وہ

کیمونسٹ ہیں مگر اخلاقی معاملوں میں وہ اندھے ہی ہوتے ہیں۔ دراصل کیمونزم ایک معاشی نظام ہے اسے پولیٹیکل سسٹم بنانے کی بے سود کوششیں بڑے عرصے ہوتی رہی ہیں۔

2006ء میں دنیا میں سرمائے کی صورتحال اس طرح تھی کہ دنیا کا کوئی 40 فیصد سرمایہ امریکہ کے پاس تھا، 30 فیصد مغربی یورپ میں اور باقی 30 فیصد پوری دنیا میں پھیلا ہوا تھا۔ 2008ء کے شروع میں مغربی یورپ پہلے نمبر پر آچکا تھا۔

دنیا میں ملٹی نیشنل کمپنیاں 90 فیصد سے زیادہ سرمائے پر قابض ہیں۔۔۔ پوری دنیا میں موجود کرنسی اس وقت 35 ٹریلین (35 ہزار ارب ڈالر) کے قریب ہے۔ جس میں سے 10 ٹریلین کے ڈالر چھپے ہوئے تھے۔

2007ء میں انٹرنیشنل ٹریڈ میں امریکہ کا حصہ کوئی 25 فیصد رہ چکا تھا اور یورپ کا کوئی 27 فیصد ہے۔ جبکہ چین انڈیا اور عرب ممالک اپنا حصہ بڑھا چکے ہیں۔

یورپ 2002ء میں شروع ہوا اب یہ ڈالر کا زبردست رقیب بن چکا ہے۔ 2002ء میں دنیا کی تجارت میں اس کا حصہ 27 فیصد تھا۔ 2008ء کے شروع میں یہ حصہ 49 فیصد ہو چکا تھا۔

2006ء میں امریکہ کا سالانہ بجٹ تقریباً پونے تین ٹریلین تھا۔ جبکہ اسے ہر سال کوئی ایک ٹریلین (ایک ہزار ارب ڈالر کے لگ بھگ) خسارہ ہو رہا تھا۔

عراق افغانستان جنگ بھی 2008ء کے آخر تک اس کے کوئی 5 ٹریلین ڈالر کھا چکی تھی۔

چین کی سالانہ ایکسپورٹ بڑھ کر 800 ارب ڈالر کے لگ بھگ ہو چکی ہے جبکہ اس سے صرف 20 فیصد کم آبادی رکھنے والے انڈیا کی ایکسپورٹ 140 ارب ڈالر سالانہ کے قریب ہے۔

اب چین کے فارن ریزرو 2000 ارب ڈالر سے زیادہ اور انڈیا کے 200 ارب



## اپنے کچھ واقعات

ایمسٹرڈیم ہالینڈ میں ایک دن مجھے اپنا ایک پرانا واقف لڑکا زیر ملا جو وہاں غیر قانونی طور پر مقیم تھا۔ اس نے اٹلی میں لیگل ہونے کیلئے اپلائی کیا ہوا تھا۔ وہ مجھے کہنے لگا کہ اگر وہ اس اتوار کی شام تک اٹلی پہنچ جاتا ہے تو اسے اٹلی کا رہن سہن اور کام کا ویزہ مل جائے گا۔ مگر اسے وہاں تک جانے کیلئے اپنی شکل سے ملتی جلتی شکل کے کسی لڑکے کا پاسپورٹ چاہیے جس کا بندوبست وہ نہیں کر پارہا۔

وہ مجھے جمعہ کی شام ملا، ہفتے کی شام اسے لازماً ٹرین پکڑنا تھی تب ہی وہ اتوار کی شام کو اٹلی پہنچ سکتا تھا۔ میں نے اسے کہا کہ وہ کوشش کرے اگر پاسپورٹ کا بندوبست ہو جائے تو صحیح ہے ورنہ ہفتہ شام مجھے مل لے۔ ہفتے کی شام کو وہ مجھے دوبارہ ملا اسے کوئی ایسا پاسپورٹ نہیں مل سکا تھا اور سخت پریشان تھا کہ اس کے بنے ہوئے پیپر ضائع ہو رہے تھے۔ نامعلوم پھر اسے کبھی یورپ میں سیٹ ہونے کا موقع ہاتھ بھی آئے گا یا نہیں۔

میں نے اسے کہا ”تم ٹکٹ لیکر ٹرین میں بیٹھ جاؤ تمہیں بالکل کچھ نہیں ہوگا انشاء اللہ“ زیر چلا گیا۔ اسکے ایک ہفتے بعد وہ مٹھائی لیکر میری دکان بیباٹلی کام پر پہنچا۔ وہ انتہائی خوش اور میرا بے حد ممنون تھا۔

کہنے لگا ”راستے میں ایک بلیچیم اور پھر فرانس میں پولیس کی بڑی سخت چیکنگ تھی، پولیس کو معلوم تھا کہ اٹلی میں سپر زمل رہے ہیں اور وہ صرف غیر قانونی لوگوں کو ہی تلاش کر رہے تھے کہ سب غیر قانونی وہاں جانے کے چکر میں ہیں۔ وہ سب کالے بالوں والوں اور غیر ملکی نظر آنے والوں کی بڑی سختی سے پاسپورٹوں اور کاغذات کی چیکنگ کر رہے تھے۔ لیکن میرے ساتھ ایسا ہوا کہ وہ جب بھی میرے ڈبے میں آتے تھے میں ٹالکٹ میں ہوتا تھا یا کچھ نہ کچھ ایسی

ڈال رہیں۔ دنیا میں اس وقت سب سے بڑی اکانومی مغربی یورپ کی دوسرے نمبر پر امریکہ کی تیسری جاپان کی اور پھر جرمنی کی ہے۔ پانچویں نمبر پر برطانیہ ہے مگر چین 2008ء کے شروع سے اس پانچویں نمبر کو حاصل کرنے والا ہے۔

ایک چھوٹے سے یورپین ملک ہالینڈ کی آبادی ڈیڑھ کروڑ ہے۔ 2007ء میں اس کی ایکسپورٹ 200 ارب یورو تھی۔ سویڈن کی آبادی پچاس لاکھ ہے 2007ء میں اس کی ایکسپورٹ 130 ارب یورو تھی۔ ناروے کی کل آبادی 40 لاکھ اور 120 ارب کی ایکسپورٹ تھی۔

چین اور روس مل کر ایک تنظیم شنگھائی کارپوریشن بنا چکے ہیں۔ جس میں اس کے بنیادی ارکان چین، روس اور سنٹرل ایشیا کے ترک ممالک ہیں۔ وہ اس تنظیم میں انڈیا، پاکستان اور ایران کو بھی لینا چاہتے ہیں۔ اس میں چین پاکستان کی اور روس انڈیا کی حمایت کر رہا ہے۔

لیکن پاکستان انڈیا کے کشمیر پر جھگڑے کی وجہ سے یہ دونوں ملک شنگھائی کارپوریشن میں نہیں جا پارہے ہیں۔ اگر اوپر بیان کردہ ملک شنگھائی کارپوریشن میں چلے جاتے ہیں تو دنیا کی تقریباً آدھی آبادی اکٹھی ہو جاتی ہے۔ اور مغربی ملکوں کے کھانے کیلئے باقی صرف آدھی دنیا بچتی ہے۔

روس آج کل ستر ارب ڈالر سالانہ کا صرف تیل ہی بیچ رہا ہے۔ یہ ورلڈ بینک کا 250 ارب ڈالر کا مقروض تھا۔ 2008ء میں یہ 700 ارب ڈالر کے ریزرو اکٹھے کر چکا ہے۔ شنگھائی کارپوریشن میں چین اور روس اکٹھے ہو چکے ہیں۔ اور روس اپنا پرانا کردار ادا کرنے کیلئے پرتول رہا ہے۔ یہ وہ روس نہیں ہے جسے پیسے کی کمی نے توڑا تھا۔ اب وہ پہلے سے کئی گنا زیادہ مضبوط ہے۔



بات ہو جاتی تھی کہ انہیں اس بوگی میں چیکنگ ادھوری چھوڑنی پڑتی تھی۔

اسی طرح میں فرانس سے گزر کر اٹلی میں داخل ہو گیا۔ اس سفر میں مجھے کوئی 12 گھنٹے لگے اب اٹلی میں داخل ہونے کے بعد بھی میں جب تک پولیس اسٹیشن سے پیپر نہ لے لیتا میں غیر قانونی تھا۔

مگر اٹلی پہنچنے کے بعد ٹرین کے ڈبے میں ایک چیکر گھس آیا اور مجھ سے میرا پاسپورٹ پوچھا، میں نے پہلے تو ٹال مٹول سے کام لیا وہ نہ ٹلا تو اسے کہا کہ میرے پاس تو کوئی پاسپورٹ نہیں ہے۔

یہ سن کر اس نے دائیں بائیں غور سے دیکھا پھر یہ دیکھ کر کہ اسے کوئی نہیں دیکھ رہا مجھے انگوٹھا بجا کر خفیہ اشارہ کرنے لگا کہ پیسے دو۔ اٹلی واپس وغیرہ میں رشوت بھی چلتی ہے۔

میں نے اسے 100 یورو دیئے تو وہ خاموشی سے چلا گیا۔ شام کو منزل پر پہنچا، پھر سوموار صبح پیپر جمع کر دئے اور انہیں ملنے کے بعد واپس آ رہا ہوں۔ اب میں یورپ میں قانونی طور پر مقیم ہوں۔

2005ء کے دوران میں پاکستان آیا ہوا تھا اس وقت مجھے لاہور جانے کا اتفاق ہوا، وہاں میں اپنے پبلشر اویس سہروردی کو ملا تو انہوں نے مجھے ایک روحانی ہستی سے متعلقہ خبر دی کہ لاہور میں ایک بڑے پتے ہوئے بزرگ آئے ہیں پھر مجھے ان کی باتیں بتائیں جو میرے لیے کچھ عجیب و غریب قسم کی تھیں۔

ان میں یہ بات بھی شامل تھی کہ ان بزرگ کے خلفاء و مریدین ساری دنیا میں روحانی طور پر آتے جاتے رہتے ہیں۔ یعنی بغیر کسی پاسپورٹ کے استعمال کیے۔ اویس صاحب نے اپنے ایک واقف کا بتایا کہ وہ ان بزرگوں کے ایک خلیفہ کو اسکوٹر پر بٹھا کر لے جا رہا تھا جب وہ منزل پر پہنچا اور ان خلیفہ صاحب کو اتارا۔ خود اسکوٹر واپس موڑا ان خلیفہ صاحب کو معلوم ہی نہیں تھا کہ وہ

اسکوٹر سے پیچھے دیکھنے والے شیشے میں انہیں دیکھ رہا ہے۔ خلیفہ صاحب نے دائیں بائیں دیکھا اور جب یہ سمجھے کہ کوئی بھی انہیں نہیں دیکھ رہا تو کچھ پڑھ کر خود پر پھونکا اور نظروں سے غائب ہو گئے۔ اسکوٹر والے نوجوان نے اسکوٹر واپس موڑا تا کہ جا کر دیکھے کہ آخر وہ کہاں گئے ہیں؟ کہیں آڑ وغیرہ میں تو نہیں چھپ گئے مگر انہیں وہاں نہ تو خلیفہ صاحب ملے اور نہ ہی کوئی ایسی جگہ ملی جہاں وہ چھپ سکتے تھے۔

میں اویس صاحب کے ساتھ ان بزرگوں کو ملنے گیا تو ایک اردو اسپیکنگ پکے رنگ کے کلین شیو کوئی ساٹھ سالہ بزرگ بیٹھے تھے۔ ان کے خلیفہ نمبر 1 نمبر 2 اور نمبر 3 بھی ساتھ بیٹھے تھے۔ ان میں سے بھٹی صاحب خلیفہ نمبر 2 تھے۔ وہ بزرگ اپنی باتیں سناتے لگ پڑے کہ آج کل دنیا میں روحانیت میں کرچین نمبر 1 ہیں یہودی نمبر 2، ہندو تیسرے نمبر پر اور مسلمان سب سے آخر میں چوتھے نمبر پر ہیں۔ (ان کی یہ بات مجھے بڑی مضحکہ خیز لگی کہ میرے خیال میں اس ترتیب کو الٹا پڑھیں تو یہ صحیح ہوگی)۔

چشتی، قادری، سہروردی، نقشبندی سب سلسلے ختم ہو رہے ہیں۔ اب ان سب کا ایک غوث ہے (جوان کے حواریوں کے کہنے کے مطابق وہ خود تھے)

وہ اپنے مریدوں کو دنیا میں کسی بھی جگہ پر لانے، لیجانے کے دعویدار تھے۔ میں نے ان سے چند ایک سادہ سے سوال کیے اور آداب محفل کی وجہ سے سیریس بحث سے باز رہا۔ جن میں سے ایک سوال یہ تھا کہ کیا وہ دوسری جگہ سے کوئی چیز بھی لیکر آ سکتے ہیں۔

اس پر ان کا جواب یہ تھا کہ ہاں ایسی چیزیں تو ہمیں شروع میں ہی سکھادی جاتی ہیں۔ مگر مجھے ان کے دعوے پر شک تھا، باہر نکل کر میں نے اویس صاحب سے کہا کہ ان صاحب میں تھوڑی بہت روحانیت ضرور ہے مگر پٹری سے اترے ہوئے ہیں۔

پھر تین ماہ کے بعد جب میرا پاکستان کا دوبارہ چکر لگا تو مجھے ان پیر صاحب کے خلیفہ نمبر 2 بھٹی صاحب کو ملنے کا اتفاق ہوا۔ بھٹی صاحب مدینہ پاک میں 1930ء میں انڈیا سے جا



کروہاں رہنے والے مشہور مسلمان صوفی بزرگ بلیوں والی سرکار (مرحوم 2000ء) کیساتھ 12 سال بھی رہ چکے تھے۔

بھٹی صاحب اپنے مرشد پر سخت ناراض تھے اس کی وجہ یہ تھی کہ بھٹی صاحب کے پاس رسول پاک ﷺ کی ایک تصویر کی ایک کاپی تھی۔ یہ تصویر برٹش میوزیم کے ریکارڈ کے مطابق بحیرہ راہب نے ایک کپڑے پر بنائی تھی جب رسول پاک ﷺ اپنے چچا حضرت ابوطالب کے ساتھ شام کے سفر پر جا رہے تھے تو بحیرہ راہب نے انہیں بتایا کہ آپ کا بھتیجا نبی ہوگا۔ پھر بحیرہ راہب نے آپ ﷺ کی تصویر ایک کپڑے پر بنالی۔

یہ کپڑا کسی طرح برٹش میوزیم پہنچ گیا وہاں ایک پاکستانی بزرگ بھی کام کرتا تھا اس نے اس کپڑے کی کیمری کی مدد سے تصویر لے لی۔ پھر اس تصویر کی کاپیاں چند ایک قریبی لوگوں کو دیں۔ ان میں سے ایک بھٹی صاحب کے پاس بھی موجود تھی۔ یہ ایک بارہ سالہ بچے کی تصویر تھی۔ بھٹی صاحب اسے جان سے بھی زیادہ عزیز رکھتے تھے۔

اب بھٹی صاحب اپنے پیر سے اس وجہ سے سخت ناراض تھے کہ انہوں نے اس کی ایک کاپی پیر صاحب کو دی تو پیر صاحب اپنے ہر ایک مرید کو جو بھی ہزار ڈیڑھ ہزار روپے نذرانہ دیتا تھا بغیر بھٹی صاحب کو معلوم ہوئے تصویر کی ایک کاپی بھی دے دیتے تھے۔ یعنی اپنی دوکانداری خوب چکارہ ہے تھے۔

بھٹی صاحب اتنے غصے میں تھے کہ اس پیر کے جانی دشمن بنے ہوئے تھے۔ خیر میں نے بھٹی صاحب کو پیر صاحب سے متعلقہ کوئی دلچسپ واقعہ سنانے کو کہا۔ بھٹی صاحب کہنے لگے ”ایک دن پیر صاحب نے مجھے کہا میرے پاؤں پر پاؤں رکھو اور آنکھیں بند کر لو جب میں نے آنکھیں بند کیں تو خود کو پیر صاحب کے ساتھ منی کے میدان میں پایا۔ پھر ہم تھوڑی دور اکٹھے چلے پھر پیر صاحب تھوڑی دیر ملنے کے بعد کا کہہ کر علیحدہ ہو گئے میں آگے چلا تو ایک صراحی میں پانی پڑا تھا میں نے وہ پانی پیا اور واپس چل پڑا کچھ دیر بعد پیر صاحب دوبارہ ملے انہوں نے میرا ہاتھ

پکڑا اور آنکھیں بند کرنے کو کہا جب میں نے آنکھیں کھولی تو میں واپس لاہور میں اسی جگہ پر تھا۔“

بھٹی صاحب کا اصرار تھا کہ وہ پیر صاحب حضوری میں بھی تھے۔ یعنی آپ ﷺ کے دربار میں ان کا آنا جانا تھا۔

اوپر بیان کردہ واقعات اور حضوری والے مسئلے کی حقیقت سے میں خاصی حد تک واقف تھا۔ میرے تجربات میں آیا ہے کہ یہ نظر بندی (ماس ہپناٹزم) کی ایک قسم ہی ہوتی ہے۔

بہر حال بھٹی صاحب کی بات سن کر مجھے ان پیر صاحب پر بڑا غصہ آیا اور میں نے وہاں موجود اولیں سہروردی صاحب سے کہا کہ وہ اس پیر کو جا کر میرا پیغام دے دے کہ وہ بندہ (قمر اقبال صوفی) کہہ رہا ہے کہ میں تمہاری ٹنڈ کر دوں گا بچنا ہے تو بچ جاؤ۔ مجھے بغیر بتائے وار کرنے کی عادت نہیں۔

اولیں صاحب جھجک رہے تھے کہ وہ پیر صاحب کہیں غصے میں نہ آجائیں اور ہم سب کا نقصان نہ کر دیں مگر میں نے ضد کی اور انہیں کہا کہ وہ لازماً جا کر ایسا کہیں۔ اور انہوں نے جا کر کہہ دیا۔

اگلے چند دن کے اندر میں نے پیر صاحب کو روحانی طور پر ایک جھٹکا دیا لیکن مزید سزا دینے کا ارادہ ختم کر دیا کہ پاکستان میں موجود پیروں کی بہت زیادہ تعداد جو گھٹیا حرکتیں کرتی ہے یہ پیر صاحب ان سے خاصے کم گھٹیا تھے۔

میں 1998 میں اپنے دوست شیخ فاروق کے ساتھ ان کے جرمنی میں رہنے والے ماموں سے ملا جو اس وقت کوئی پچپن سال کی عمر کے تھے۔

روحانیت میں گہری دلچسپی رکھتے تھے اور خود بھی اس میں خاصی ترقی کر چکے تھے۔ وہ مجھے اپنے واقعات سنانے لگے جس میں انہوں نے بتایا کہ وہ بہت سے بزرگوں کو ملتے رہے جن میں خاص طور پر بابا لعل شاہ مری والے قابل ذکر تھے۔ پھر وہ ایک واقعہ سنانے لگے۔ میں یہاں سے ان کی زبان میں ہی بیان کرتا ہوں۔



”1970ء کے قریب کی بات ہے میں ڈنگے (ضلع گجرات) میں سائیں محمد دین کو ملنے کیلئے گیا گاؤں میں پہنچ کر جس بزرگ عورت سے میں نے سائیں محمد دین کا پتہ پوچھا وہ عورت کہنے لگی ”بچے تم کسی اچھے خاندان کے لگتے ہو۔ جو شخص بھی وہاں (سائیں محمد دین کے پاس) جاتا ہے وہ واپس نہیں آیا کرتا“

گاؤں کے کچھ لوگ اور خصوصاً مولوی حضرات سائیں محمد دین کے سخت مخالف تھے لیکن اس کے منہ پر کوئی بات نہیں کر پاتے تھے۔ گو پیٹھ پیچھے مخالفت کی باتیں کرتے رہتے تھے۔ جب میں سائیں محمد دین کے گھر پہنچا تو مجھے بیٹھک میں بٹھا دیا گیا۔ تھوڑی دیر بعد سائیں محمد دین آگیا۔ وہ اس وقت بھینسوں کو چارہ وغیرہ ڈال کر فارغ ہوا تھا۔ سلام دعا و تعارف کے بعد میں نے انہیں فیض دینے کی درخواست کی۔ اس نے میری آنکھیں بند کرادیں اور خود بھی آنکھیں بند کر کے کچھ پڑھنے لگا۔

چند ہی منٹوں کے اندر مجھے محسوس ہوا کہ میری بائیں پسلی کا نچلا حصہ چلنے لگ پڑا ہے۔ پھر وہ حرکت اوپر آئی اور پوری پسلی چلنے لگ پڑی۔ پھر دائیں پسلی کا اوپری حصہ اور اس کے بعد نیچے کا حصہ بھی چلنے لگ پڑا۔ یعنی میری دونوں پسلیاں پوری طرح حرکت میں آگئیں۔ میں گھبرا گیا اور دل میں کہا کہ سائیں تم تو مجھے لے بیٹھے ہو۔

پھر میں نے اپنا سانس روک لیا۔ مجھے سانس روکنے کی کوئی پانچ منٹ تک مشق تھی۔ جب میرا مزید سانس روکنا میری آخری حدود کے قریب پہنچا تو سائیں محمد دین نے مجھے چھوڑ دیا۔ جب میں سانس نکال کر نارمل ہوا تو پھر سے وہی پسلیوں والی حرکت شروع ہو گئی۔ میں نے سانس دوبارہ روک لیا اسی طرح کوئی چار پانچ منٹ کے بعد وہ حرکت رک گئی۔ ایسا کل تین دفعہ ہوا۔

اس کے بعد سائیں محمد دین نے مزید حرکت روک دی اور مجھے کہا کہ لوگ تو مجھے دیکھنے آتے ہیں مگر تم بھی دیکھنے والی چیز ہو۔ پھر میں وہاں سے واپس آگیا۔

میں نے شیخ صاحب سے پوچھا کہ دوسرے لوگوں کے ساتھ کیا ہوا کرتا تھا۔ وہ کہنے لگے۔ ”وہ لوگ کپڑے پھاڑ کر ننگے جنگلوں کی راہ لیتے تھے۔ وہاں کچھ عرصہ رہتے۔ اس دوران وہ کتے تک پکا کر کھاتے تھے۔ کہ کتے نفس کو مارنا ہے، کتے کھا کر اسے مارتے ہیں۔ پھر وہ لوگ آبادی میں واپس آ جایا کرتے تھے“

پھر شیخ صاحب نے بتایا کہ سائیں محمد دین کے کچھ مریدین یہ واقعہ سننے کے بعد مجھے ملنے آتے رہے۔

شیخ صاحب کا کشف بھی خاصا درست تھا۔ مثلاً جب میں نے انہیں اپنے اس وقت پڑھنے والے ورد و اذکار کا بتایا۔ تو ملتان والے بزرگ آمین بن عبداللہ صاحب کے اذکار پر آ کر کہنے لگے۔ ”پہلے والے اذکار آپ کیلئے زیادہ فائدے مند نہیں تھے۔ لیکن یہ بڑا فائدے مند ہے۔ اسے جاری رکھیں۔“

کچھ دوسری باتوں کے ساتھ شیخ صاحب کی یہ بات بالکل درست تھی۔ بہر حال ان سے میرا بہت سی چیزوں پر تبادلہ خیال رہا۔

2007ء کے موسم گرما کی بات ہے کراچی میں 12 مئی کو ہونے والی قتل و غارت کے خلاف ہالینڈ کے کمیونسٹ اور پیپلز پارٹی والوں نے اس واقعے کے خلاف احتجاج کا پروگرام بنایا۔ میرے ایک دوست ارشاد بخاری صاحب نے مجھے بھی دعوت دی۔ مجھے پیپلز پارٹی سے کوئی دلچسپی نہیں تھی۔ میں نے معذرت کی تو انہوں نے کہا کہ وہ بھی مشرف کے مخالف نہیں بلکہ اس واقعے میں جو جانیں گئی ہیں ان پر احتجاج کرنا چاہتے ہیں۔

میں اس جلوس میں پاکستان کا جھنڈا اٹھا کر شریک ہوا تھا۔ باقی احتجاج کرنے والوں نے پیپلز پارٹی کے جھنڈے اٹھائے ہوئے تھے۔ یہ مظاہرہ پاکستان ٹی وی پر بھی اسی شام کر دکھایا گیا تھا۔ مظاہرے کا وقت 2 بجے دوپہر کو ڈیم اسکوائر ایسٹریڈیم میں طے ہوا تھا۔ میں وقت سے کچھ پہلے ہی وہاں پہنچ گیا۔ میرے خیال کے مطابق جس کونے میں لوگوں نے جمع ہونا تھا وہاں



کوئی بھی پاکستانی موجود نہ تھا۔ پھر چند منٹ کے بعد میرا ایک موسیقار دوست وسیم وہاں آگیا۔ وسیم ایک گلوکار ہے اور بڑے عرصے سے اس شعبے میں وابستہ ہے۔ ہم دونوں وہاں بات چیت کرنے لگ پڑے۔

پھر کچھ دیر کے بعد وسیم نے مجھے شعر سنانے شروع کر دیے۔ جو کہ میں نے پہلے بھی بہت دفعہ سنے ہوئے تھے۔ پھر وسیم نے مجھے اپنے گائے ہوئے گانوں کا بتانا شروع کر دیا۔ پھر دھیمی لو میں انہیں گانے لگ پڑا۔ جس کے بعد اس نے پھر سے ایک شعر سنایا۔ میرا ذہن شعروں اور گانوں کے بجائے مظاہرے میں الجھا ہوا تھا۔ میں ان چیزوں سے بوریات محسوس کر رہا تھا۔ اس وقت میں نے یہ سوچا کہ وسیم جو شعر سنار رہا ہے وہ بھول جائے۔

میرا یہ سوچنے کے دو تین سیکنڈ کے بعد ہی وسیم وہ شعر بھول گیا۔ چند سیکنڈ اسے یاد کرتا رہا مگر اسے یاد نہ آیا۔ اس کے بعد اس نے پھر سے گانا سنانا شروع کر دیا۔ میرے ذہن میں آیا کہ وہ گانا بھول جائے، دو تین سیکنڈ کے اندر ہی وسیم وہ گانا بھول گیا۔ وہ یہ گانا بیسیوں بار پریکٹس کے اندر گا چکا ہوگا۔ مگر اس وقت اسے بھول گیا۔ پھر کچھ دیر اسے یاد کرتا رہا، اسے وہ گانا یاد نہیں آ رہا تھا۔ اس کے بعد اس نے ایک عجیب حرکت کی وہ جیسے ٹرانس (مراقبے سے) میں کہنے لگا۔

”قمر صاحب آپ میرے ذہن کے اندر بیٹھے ہوئے ہیں آپ نے سوچا مجھے شعر بھول جائے تو مجھے وہ شعر بھول گئے، پھر آپ نے سوچا وہ گانا بھول جائے اور میں گانا بھول گیا۔“ یہ کہنے کے بعد وسیم نے نارمل ہو کر دوسری باتیں شروع کر دیں۔ میرے خیال میں اسے کوئی علم نہیں تھا کہ اسے نے مجھے کیا کہا ہے لیکن مجھے پیغام مل چکا تھا۔ اسی وقت مجھے ڈیم اسکوائر کے دوسری طرف کچھ مظاہرے میں شامل ہونے والے دوست نظر آ گئے اور ہم دونوں ادھر چلے گئے۔

اسی طرح ایک پرانی بات ہے 1998ء میں ایک دفعہ میں تیتروں کے شکار پر چوہدری افتخار (موضع مینکن) کے ساتھ گیا، چوہدری افتخار کے والد چوہدری غلام علی ایوب خان کو

شکار کرایا کرتے تھے۔ افتخار کا فائر بھی شاذ و نادر ہی خطا ہوتا تھا

خود میں نے پہلے زندگی میں کبھی کسی اڑتے پرندے پر فائر نہیں کیا تھا لیکن اس دن میں نے زندگی میں پہلی بار تیتز پر فائر کیا اور تیتز گر گیا۔ سب دوستوں نے بڑی واہ واہ کی کہ زندگی کے پہلے فائر پر تیتز گرانا انہوں نے کبھی نہ دیکھا تھا اور نہ سنا تھا۔

خود مجھے سمجھ میں نہیں آ رہا تھا کہ تیتز کیسے گر گیا۔ اس کے بعد تیتز اڑتے رہے۔ افتخار نے تین بار فائر کیے مگر کوئی تیتز نہ گرا۔ اس کے بعد میں نے بھی دو فائر کیے مگر کوئی تیتز نہ گرا۔ اس کے بعد چوتھے پانچویں فائر پر افتخار نے ایک تیتز گرا دیا۔ لیکن وہ سخت پریشان تھا اس کے پہلے تین فائر تیز ہوا کی عدم موجودگی یا کسی اور ظاہری خراب کے نہ ہونے کے باوجود کیوں خطا گئے۔

دوسرے دن پھر ہم شکار پر گئے اس دن بھی افتخار کے ساتھ وہی ہوا۔ اور میں نے اپنا فائر بھی جلدی اور تگے پر کیا مگر تیتز گر گیا۔ اس کے بعد میرے اگلے دو فائر بھی مس ہوئے۔

افتخار آپ سیٹ تھا کہ ایسے فائر مس ہونے کا اسے تجربہ کبھی نہیں ہوا تھا مگر مجھے وجہ معلوم ہو گئی۔ میں ان دنوں بہت زیادہ ورد و اذکار کرتا تھا اور ایسا کرنے سے انسان کا اندرونی جسم بہت لطیف ہو جاتا ہے وہ جسے دیکھتا ہے اسی کے رنگ میں فوراً ڈھل جاتا ہے۔

اسی چیز کو استعمال کر کے مریدین اپنے پیر کا تصور کرتے ہیں۔ پہلے اپنے اندرونی جسم کو پیر کے جسم میں ڈھالتے ہیں پھر آہستہ آہستہ ان کی بیرونی شخصیت پر بھی اس کا اثر آ جاتا ہے۔ اسی طرح وہ فنا فی المرشد پھر فنا فی الرسول اور پھر فنا فی اللہ تک چلے جاتے ہیں۔

اسی طرح کے واقعے میرے دونوں بھائیوں بلکہ آس پاس کے کئی دوستوں سے بھی ہونے لگ پڑے تھے۔ جسمیں ان میں بہت زیادہ جسمانی توانائی کا ہونا بھی شامل ہے۔



## گھنٹی بجانا

2007ء کے ماہ اگست میں، میں اپنے بچپن کے دوست راجہ منیر (جس کا لاہور اسٹاک ایکسچینج میں کاروبار ہے) کے ساتھ سرور روڈ لاہور کینٹ میں مسلم ہائی سکول کے پاس سے گزر رہا تھا۔ ہم دونوں نے اسی سکول سے میٹرک کا امتحان پاس کیا تھا۔ ہم انہی دنوں کو یاد کر رہے تھے ہم دونوں کی بیویاں اور منیر کی بیٹی رابعہ بھی ساتھ کار میں تھیں۔ میں نے ہنس کر کہا ”مجھے وہ دن اچھی طرح یاد ہے جس دن ہمارا میٹرک کا نتیجہ آیا تھا تم صدر بازار میں دوکان سے نتیجہ سن کر خوشی سے پاگل ہو کر دوڑتے ہوئے آئے اور مجھے زور سے گلے لگا کر بھینچا اور جوش سے کہا کہ ہم دونوں پاس ہو گئے ہیں۔ میں کوئی خاص خوش نہیں ہوا تھا کہ میری سیکنڈ ڈویژن آئی تھی جب کہ تمہاری بھی سیکنڈ ڈویژن تھی۔ تم اس پر بھی بڑے خوش تھے۔ دراصل تمہیں ہماری کلاس کے انچارج میاں صاحب کو بھی دعائیں دینی چاہیں جنہوں نے خصوصی طور پر میرا نمبر آگے اور تمہارا نمبر پیچھے کر دیا تھا۔ تم میری نقل کر رہے ہوتے تھے اور میں حسب ضرورت آگے والے کی نقل کر رہا ہوتا تھا۔“

اس پر ہم سب کے قہقہے لگے، پھر لالہ منیر چڑ کر بولا ”اور جو ہم سے زیادہ لائق تھے انہوں نے کیا تیر مارا، ہماری کلاس کا مانیٹر اور سب سے لائق لڑکا اختر آج کل بارہ، چودہ ہزار روپے ماہوار پر ملازمت کر رہا ہے“

اس پر میں نے سب کو اسی طرح کا ایک لطیفہ سنایا کہ ایک آدمی ڈل فیل تھا۔ وہ ایک سکول میں چپڑا ہی تھا۔ اس کا کام پیرید اور چھٹی کی گھنٹیاں بجانا تھا۔

پھر ایک دن سکول میں نیا حکم آ گیا کہ جو بھی ملازم میٹرک پاس نہیں انہیں ملازمت سے فارغ کر دیا جائے۔

اسے بھی ملازمت سے نکال باہر کیا گیا۔

وہ غریب روتا ہوا منڈی کی طرف چلا گیا اور وہاں جا کر مزدوروں میں بیٹھ گیا۔ کچھ دن مزدوری کرنے کے بعد ایک دن اس نے ایک چھوٹا سا ٹھیکہ لے لیا۔ پھر وہ دوسرے ٹھیکے بھی لینے لگ گیا۔

کچھ عرصے میں ہی وہ بہت بڑا ٹھیکیدار بن گیا۔ اس کے بعد وہ شہر میں لمبی چوڑی رقبے رفاعی کاموں میں دیا کرتا تھا۔

پھر ایک دن شہر کے لوگوں نے اس کی دعوت کی وہاں اس کی خدمات اور رفاعی کاموں کا بڑا شکریہ ادا کیا گیا۔ پھر اسے تالیوں کی گونج میں اسٹیج پر بلایا گیا۔ وہاں پر تعارف کرانے اور اس کی تعریف کرنے کے بعد اس سے سوال کیا گیا ”آپ کی تعلیم کیا ہے؟“ وہ کہنے لگا ”ڈل فیل ہوں“

اس پر اسٹیج اناؤنسر نے متعجب ہو کر کہا کہ پھر بھی آپ نے اتنی زبردست ترقی کر لی۔ اگر آپ پڑھے لکھے ہوتے تو پھر نا معلوم آپ کیا کیا کارنامے کر رہے ہوتے؟ اس پر وہ قہقہہ لگا کر بولا۔ ”پھر میں سکول میں گھنٹی بجا رہا ہوتا“

ہم کار میں موجود سب لوگ اس پر بڑے زور سے ہنسے۔

یہ لطیفہ تو اپنی جگہ پر ہے مگر تعلیم یافتہ انسان کا اپنا اسٹائل، اعتماد اور شخصیت ہوتی ہے۔ ان پڑھ ساری عمر کمپلیکسز میں ہی رہتا ہے۔ اور رہا سوال امیر ہونے کا تو امیر ہونے کا تعلق محنت، مثبت سوچ اور یقین و توکل اللہ (Faith) پر ہے۔ ان میں سے کوئی چیز بھی ٹھیک طریقے سے کی جائے اور مثبت سوچ ہو تو انسان زندگی میں خاصا کامیاب ہو جاتا ہے۔



عام انسان بھی مشقوں کے ذریعے اپنی طاقت کو بہت زیادہ بڑھا سکتا ہے۔ جس کا اصول یہ ہے کہ اگر ایک معمولی طاقت کا نو جوان گندم کی اڑھائی من کی بوری زمین سے اٹھا کر کندھے پر رکھنے کی کوشش کرے تو وہ نہیں رکھ پائے گا۔ لیکن آدھی یا اس سے کچھ کم بوری اٹھا کر وہ ایسا کر سکے گا۔

اب وہ اسی آدھی بوری کو دو تین دن اٹھا تا رہے اور پھر چند دنوں کے بعد اس میں ایک آدھ کلو اور وزن ڈال لے پھر اسے اٹھائے ایسا کرنے سے ایک تو اسے وزن اٹھانے کی مشق ہو جائے گی دوسرا اس کے وزن اٹھانے میں مطلوبہ اعضاء بھی مضبوط ہونا شروع ہو جائیں گے۔ ہر دوسرے تیسرے دن ایک ایک کلو وزن بڑھاتے ہوئے اگلے تین مہینوں میں وہ با آسانی پوری بوری اٹھا لے گا۔ اور اگر وہ مشق جاری رکھے تو وہ دو بوریوں کے برابر وزن بھی اٹھا سکتا ہے۔

اس کے بعد وہ اس وزن اٹھانے میں کسی پیدائشی انتہائی طاقتور انسان سے جیت سکتا ہے۔ لیکن اس کے باقی اعضاء اس طاقتور انسان کے اعضاء کے برابر نہیں ہونگے۔ ہر ایک عضو کی مضبوطی کیلئے اسے اسی قسم کی مشق کرنی پڑے گی۔

کہ مثلاً وزن اٹھانا اور چیز ہے اور وزن اٹھا کر چلنا اور چیز ہے۔ ایسے چلنے سے مختلف مسلز ویلپ ہوتے ہیں اسی طرح کلائیوں کے مختلف مسلز کی مضبوطی کیلئے مختلف ورزشیں ہوتی ہیں۔ عام باڈی بلڈر جو ورزش کرتا ہے اس میں عموماً ایسے مسلز کو طاقت ملتی ہے جو عام زندگی میں کم ہی استعمال ہوتے ہیں۔ گو پہلوان مختلف مسلز کی ورزشیں کرتے ہیں۔

دراصل ہم سب میں بہت سی جسمانی طاقت موجود ہوتی ہے ہم ورزشوں کے ذریعے صرف اس طاقت کو استعمال کرنا سیکھتے ہیں۔

مگر طاقت کے معاملے میں دیکھا گیا ہے کہ کچھ لوگوں میں خصوصاً سخت خطرے کے وقت جناتی قسم کی طاقت آ جاتی ہے۔ یہ ایسے ہی ہے جیسے کچھ لوگ نفسیاتی امراض (یا جن پڑنے)

## انسان کی عجیب و غریب صلاحیتیں

اب سے چند سال پہلے میں ایک کتاب Biography of a Yogi پریم ہنسا یوگا ناندانے اپنی زندگی کے واقعات لکھے تھے۔ یہ کتاب اس نے 1930ء کے قریب لکھی۔ اس میں وہ ایک شخصیت ٹائیگر سوامی کا بھی لکھتا ہے۔

ٹائیگر سوامی خالی ہاتھ شیروں سے لڑا کرتا تھا۔ ایک دفعہ ایک راجا نے اس کے بارے میں سنا تو اسے اپنے پکڑے ہوئے بہت بڑے شیر سے لڑنے کی دعوت دی۔ اور کہا کہ وہ پہلے شیر کو نہیں دیکھ سکتا ہے۔

راجا کا خیال تھا کہ یہ شیر کو ہپنا ٹائز کر کے پچھاڑ دیتا ہے۔ ٹائیگر سوامی مکوں کی مدد سے شیر کو پچھاڑا کرتا تھا۔ راجا نے اس سے کہا کہ تم تو ہو بھی بنگالی اور یہ کیسے ممکن ہے کہ تم شیر کو خالی ہاتھ پچھاڑ سکو؟

مقابلے والے دن جب ٹائیگر سوامی کو شیر کے پنجرے میں اتارا گیا تو اس نے چند مکوں کے بعد ہی شیر کو پچھاڑ دیا۔ وہ اسے پچھاڑ کر مڑا تو شیر ابھی بے ہوش نہیں ہوا تھا۔ شیر نے اچھل کر اس کے بائیں کندھے کو چبا ڈالا مگر ٹائیگر سوامی نے دوسرے ہاتھ سے اسے پھر سے بے ہوش کر دیا۔

راجا نے وہ شیر اور ہیروں سے سجا ہوا پنجر ٹائیگر سوامی کو تحفے میں دیا۔

ٹائیگر سوامی اسی شیر کی کھال پہن کر پھر ا کرتا تھا۔

ٹائیگر سوامی کا کہنا تھا کہ دنیا میں اور بھی ایسے افراد ہیں جو اس جتنے طاقتور ہیں یا اس سے بھی زیادہ طاقتور ہیں مگر وہ شیر سے ڈر جاتے ہیں۔ اس لیے وہ اپنی طاقت کا استعمال نہیں کر



کی صورت میں چار پانچ افراد کے قابو میں بھی نہیں آتے۔

چند ماہ پہلے میں اسی مسئلے پر ایک کتاب کا مطالعہ کر رہا تھا تو اس کے رائٹر کا نام وینسٹن ایچ گیڈس اور کتاب کا نام "بہرانوں میں جرات کا مظاہرہ" تھا اس میں بتایا گیا ہے کہ انسان کے اندر ایک کیمیائی توانائی بھی ہوتی ہے جسے Adenosine tri phosphate ATP کہتے ہیں ہنگامی ضرورت کے وقت جب دماغ متحرک ہو جاتا ہے تو انسانی اعصاب نارمل سے 20 گنا کیمیائی رد عمل کے ساتھ اس توانائی کا مظاہرہ کر دیتے ہیں اس میں چار پانچ ایسے واقعات لکھے ہوئے تھے جہاں پر کسی خطرے کے وقت لوگوں نے مافوق الفطرت طاقت سے کام لیا تھا۔

اس میں ایک واقعے میں امریکہ میں ایک شخص نے ایک ٹن وزنی ٹرک (جس میں خاصا وزن بھی لدا ہوا تھا) کو پیچھے سے پکڑ کر سائیڈ پر کر دیا۔ اسی طرح ایک 100 پونڈ سے بھی کم وزن کی ایک لڑکی نے ایک سولہ سترہ من کے وزن کے درخت کو اٹھا کر ایک بچے کو بچا لیا تھا۔

ایسے ہی ایک واقعے میں ایک عورت نے اپنے بچے کو بچانے کیلئے بھاری امریکن کار کو اٹھا کر سائیڈ پر کر دیا تھا اور بچے کو بچا لیا تھا۔ مگر اپنی کمر کے پٹھے سخت زخمی کروا بیٹھی۔ یعنی Slip Disc ہو گیا تھا۔

ایسی طاقت ایک آدھ منٹ سے زیادہ استعمال نہیں کی جاسکتی۔ ورنہ دنیا میں کھیلوں کے سارے ریکارڈ ٹوٹ جاتے۔

میرے مشاہدے میں آیا ہے کہ یہ طاقت بھی وہ لوگ استعمال کر پاتے ہیں جو کسی نہ کسی سطح پر روحانی انرجی رکھتے ہیں۔ ایسے لوگوں میں اندر کا نوری انسان کسی نہ کسی حد تک بن چکا ہوتا ہے۔

ماضی کی مشہور ٹی وی سیریز The Hulk میں اسی طاقت کا بتایا جاتا ہے۔

انسان عجیب و غریب صلاحیتوں کا مالک ہے۔ میرا ایک پرانا امریکن دوست جیفری

ریگن میرے ساتھ 2001ء میں پاکستان آیا تھا۔ وہ مجھے ایک امریکن باشندے کا قصہ سن رہا تھا وہ

شخص کار میں سفر کر رہا تھا کہ ویرانے میں اسے ڈاکوؤں نے لوٹ لیا۔ اسے گولی ماری اور کار لیکر فرار ہو گئے۔

وہ شخص تھوڑی دیر میں ہی ہوش میں آ گیا تو اس نے دیکھا کہ اسے گولیاں نہیں لگی ہیں۔ وہ سمجھا کہ وہ صرف ڈر کر بیہوش ہو گیا ہے۔

وہی شخص دو تین سال کے بعد پھر سفر پر جا رہا تھا کہ اسے پھر سے ڈاکوؤں نے گھیر لیا۔ اسے گولیاں ماریں اور اس کی کاکھ چھین کر فرار ہو گئے۔

اس شخص نے دیکھا کہ اسے گولیاں لگی ہیں، مگر تھوڑا سا خون بہنے کے بعد جسم کے سوراخ بند ہو گئے اور وہ شخص دوبارہ نارمل ہو گیا۔

اس نے پولیس کے پاس جا کر اس واقعے کی رپورٹ دی پولیس کے پاس پچھلے واقعے کی رپورٹ بھی موجود تھی۔ لیکن اب اس شخص کو پتہ چل چکا تھا کہ اسے پچھلی بار بھی گولیاں لگی تھیں۔ مگر اس کا کچھ نہیں بگڑا تھا۔

یعنی گولیاں اسے مار نہیں پاتی تھیں۔ امریکن سائنسدان اس شخص کو ساتھ لے جا کر اپنی لیبارٹری میں اس پر تجربات کرتے رہے کہ گولیاں کیوں اسے مار نہیں پاتی ہیں۔

ہالینڈ میں میرے ایک عراقی دوست نے عراق میں ایک صوفی کے بارے میں بتایا۔ جس نے چند لوگوں (میرے دوست سمیت) کے سامنے بھری ہوئی کلاشنکوف اپنے پیٹ پر

رکھ کر دو تین فارے کیے۔ صوفی کا کچھ نہ بگڑا۔

میرا دوست بڑا حیران تھا کہ گولیاں آخر کہاں جاتی ہیں۔

اسی طرح مجھے ہالینڈ میں آسٹریلیا کی رہنے والی ایک عورت کا پتہ چلا جو 12 سال سے

صرف پانی پر گزارہ کر رہی تھی۔ اسی طرح انڈیا کے ایک شخص کو انڈیا ٹیلی ویژن پر دکھایا گیا جو کوئی

پچیس سال سے بغیر کچھ کھائے صرف پانی پر گزارہ کر رہا تھا۔

خود میں نے بھی ایک دفعہ کم کھانے کی مشق کی اس بتدریج کم کھاتا گیا تین چار دنوں



کے بعد میرے بھوک بالکل ختم ہو گئی۔ مگر ایک دو دن کے بعد میں نے یہ مشق چھوڑ دی کہ یہ بھی ہو سکتا تھا کہ جسم کے اندر کوئی کمزوری مستقل طور پر ہو جاتی۔ مجھے یہ بھی معلوم ہوا ہے کہ جب کوئی روحانی انسان بھوکا رہتا ہے تو کھانا نہ ملنے کی صورت میں اس کا وجود مثالی کہیں دور کھانا کھا لیتا ہے اس کا اثر روحانی انسان کے اپنے جسم پر اسی طرح ہوتا ہے جیسے اس نے خود کھانا کھایا ہو اسی طرح اگر کوئی روحانی انسان ہوا کے بغیر کہیں پر ہو تو اس کا وجود مثالی اس کے جسم سے باہر نکل کر سانس لے رہا ہوتا ہے اسی وجہ سے ایسے لوگ خود کو زمین میں زندہ دفن کر کے بڑی مدت تک زندہ رہ سکتے ہیں۔ مہاراجہ رنجیت سنگھ کے دور میں بھی ایک ہندو یوگی نے خود کو کوئی سال بھر زمین میں زندہ دفن رکھا تھا۔

## غربت کا علاج

میرے ایک مہربان مشتاق راج صاحب (ایڈووکیٹ لاہور ہائیکورٹ) نے مجھ سے مذاق میں ایک سوال کیا تھا کہ غربت کا علاج کیا ہے؟

جواب: انہوں نے تو مذاق کیا تھا لیکن اس کا جواب یہ ہے کہ ملکی سطح پر غربت کا علاج صرف اور صرف نظام انصاف کے صحیح ہونے پر ہے۔ اور نظام انصاف بھی فوری اور سستا ہونا لازمی ہے۔ مہنگا اور پیچیدہ انصاف کا نظام معاشی معاملے میں ملک کی کمر توڑ دیا کرتا ہے۔ نظام انصاف صحیح ہونے سے امن و امان قائم ہو جاتا ہے پھر خود بخود ترقی ہونے لگ پڑتی ہے۔

تعلیم اور دفاع اس کے بعد کی لازمی ضرورت ہیں ورنہ کمزور عراق کی طرح وہاں لٹیرے آجایا کرتے ہیں۔

تعلیم میں بھی سائنس اور ٹیکنالوجی کی ضرورت تجارت کیلئے ہے مگر ساتھ دفاع کیلئے بھی ہے۔ کہ جدید طرز کے ٹیکنالوجی والے ہتھیار خریدنے کی بجائے خود بنائے جائیں۔

انفرادی طور پر غربت کا علاج سوچ کو مثبت اور یقین کے مضبوط کرنے میں ہے۔ جب اندر سے یہ تبدیلی ہوتی ہے تو باہر سب کچھ تبدیل اور بہتر ہو جاتا ہے۔ ان دونوں چیزوں کے بعد تھوڑی سی محنت بھی اپنا پھل لاتی ہے۔ ایسا کرنے والا غریب سے غریب آدمی بھی کچھ ہی عرصے میں غربت سے نجات حاصل کر لیتا ہے۔ ایسے سوچنے والا اگر بیروزگار بھی ہے تو کچھ عرصے میں روزگار پا لیتا ہے اور ملازمت پیشہ ہو تو اس میں لگا تار ترقی کرتا چلا جاتا ہے اور اگر کاروباری شخص ہو تو وہ اپنی لائن کے چوٹی کے لوگوں میں شامل ہو جاتا ہے۔

اہم چیز یہ سمجھنا ہے کہ صرف محنت ہی صحیح طریقہ نہیں ہے۔ اور محنت میں بھی 90 فیصد



دماغی اور 10 فیصد جسمانی محنت کا تناسب ہونا چاہیے۔ گدھے کی طرح جسمانی محنت کیے جانا کوئی خاص فائدہ نہیں دیتی۔ مگر پلان کر کے منظم طریقے کیساتھ محنت کی جائے اور ساتھ مثبت سوچ بھی ہو تو انسان لازماً ترقی کر جاتا ہے۔ اور اگر ساتھ یقین (Faith) بھی ہو تو وہ اپنے شعبے کے چوٹی کے آدمیوں میں شامل ہو جاتا ہے۔

## ارتقاء

انسان کی ارتقاء کے بارے سائنسدانوں نے اپنی رائے دی ہیں زیادہ تر سائنسدان ڈارون کے ارتقاء کے مفروضے پر متفق ہیں۔ جس میں یہ کہا گیا ہے کہ انسان بندر سے بنا ہے۔ اس مفروضے کی حمایت میں بہت سی دلیلیں بھی ہیں۔ مختصر یہ کہ مفروضہ کچھ اس طرح ہے کہ زندگی کی ابتدا پانی میں کائی سے ہوئی۔ یا دوسرے لفظوں میں کچھڑ سے ہوئی۔ پانی سے جاندار خشکی پر آئے اور پھر چھپکلی (Lizard) وغیرہ سے ہوتے ہوئے پرندے بنے پھر بندر اور اس کے بعد انسان کی صورت میں آ گئے۔ اس مفروضے میں سب سے بڑا نقص یہ ہے کہ کسی بھی دو مختلف النسل جانوروں کے کروموسومز علیحدہ علیحدہ ہوتے ہیں۔ درمیان کا کوئی جانور (Missing Links) ابھی تک دریافت نہیں ہو سکا۔ جیسے انسان اور بندر کے درمیان کا کوئی جانور دریافت نہیں ہو سکا۔ حالانکہ اصولاً ہر دو قسم کے جانوروں کے درمیان اگر کوئی جانور ہوتا تو اس قسم کے ہزاروں جانوروں کی ہڈیاں یا فوسلز ہمیں ملنے چاہیں تھے۔ مگر ایسی کوئی بھی چیز نہ ملی۔ جاپان میں کچھ عرصہ پہلے بندروں اور انسانوں کے ڈی این اے بھی سائنسدانوں نے ٹیسٹ کیے تو وہ اس نتیجے پر پہنچے کہ وہ بالکل مختلف ہیں۔ خود ایک دن میں یہ دیکھنے کی کوشش میں لگا ہوا تھا۔ یہ کوششیں مراقبات قسم کی مشقوں کی مدد سے تھیں۔ اس میں دیکھا کہ زندگی ایک بلبہ نما چیز سے نمودار ہو رہی ہے۔ اس میں سے چھوٹے چھوٹے بلبے سے نکلتے ہیں اور ادھر ادھر پھیل جاتے ہیں اور ان سے زندگی شروع ہو جاتی ہے۔ اور سب چیزیں شروع ہی علیحدہ علیحدہ طریقے سے شروع ہوئی تھیں۔ زندگی نے پہلے علیحدہ علیحدہ ڈی این اے بنائے اور پھر زندگی ترقی کرتی اسی طرح



آگے بڑھتی چلی گئی۔

اسی مشق کے دوران کشتی نوح پر بھی نظر پڑی جو کہ بہت ہی مضبوط لکڑی سے بنی ہوئی تھی اور ساز میں بہت بڑی تھی اس میں موجود اکثر انسان بھی چھ فٹ سے اونچے اور پتلے پتلے تھے۔

## عام آدمی اور کرامات

سوال :- عام آدمی کرامات تک کیسے پہنچ سکتا ہے؟

(جواب) کرامات کیلئے آپ کو چار چیزوں کی ضرورت ہوتی ہے۔

1: یقین کامل (Faith)

2: زیادہ روحانی انرجی

3: بہت

4: صحیح نیت

### یقین کامل

میں نے پچھلی دو کتابوں میں بیان کر چکا ہوں کہ کسی بھی کام کر کرتے وقت یہ پختہ یقین رکھنا کہ یہ ہو جائے گا یقین کی طرف پہلا قدم ہے۔ ایسا سوچنے سے زیادہ تر واقعات میں وہ کام ہو جایا کرتے ہیں۔ پھر جوں جوں انسان کو اس میں کامیابیاں (Achievements) ہوتی ہیں انسان کا اس پر اعتقاد پختہ ہونے لگ پڑتا ہے پھر یہ سوچ پختہ ہو کر یقین میں تبدیل ہو جاتی ہے۔

یعنی مثبت سوچ۔ کامیابیاں۔ اعتقاد اور پھر یقین کامل (Faith)

یقین کامل (Faith) میں خدا پر فیتھ، پھر اپنے آپ پر فیتھ، پھر اپنے سیدھے راستے پر فیتھ، اپنی کوششوں (ورد و اذکار، عبادات و نوافل) کی طاقت پر فیتھ، پھر روح کی صلاحیت پر فیتھ کہ جو ہر خطرے سے انسان کی جان بچاتی، ہر مشکل کا حل دیتی اور ہر ضرورت کی چیز وقت پر انسان کو لادیتی ہے۔ بلکہ ہر قسم کا علم و ہنر یا علمی معلومات بھی لادیتی ہے۔



## زیادہ روحانی انرجی

صرف یقین کامل (فیتھ) ہی بڑے روحانی کاموں کیلئے کافی نہیں ہے۔ اس کیلئے آپ کو اپنی روحانی توانائی (نور) بڑھانا پڑے گا۔ اس میں خالی کنسنٹریشن اور مراقبے سے بھی کچھ مدد ملتی ہے۔ مگر اس کا مکمل اور یقینی ذریعہ وردواذکار ہیں جن کے پڑھنے سے انسان کے لاشعور میں وہی پیغام بار بار دہرایا جاتا ہے جس کے متعلق وہ آیت ہے۔ یا جس مقصد کیلئے وہ پڑھا جا رہا ہے۔ مغرب میں آٹو سجیشن کی کیمنٹس اسی اصول پر بنائی گئی ہیں لیکن جب کوئی زیادہ روحانی اور ذہنی طاقت والا یہ ورد کرتا ہے تو اس کا اثر کئی گنا زیادہ ہوتا ہے۔ جیسے کچھ لوگ (اور مجذوب بھی) جو بات زبان سے نکالیں وہ ہو جاتی ہے تو اگر ایسا شخص روز گھنٹوں لا الہ الا اللہ یا یا حی یا قیوم پڑھتا ہے تو اس کے اندر اس کی کتنی تاثیر اور طاقت بھر جاتی ہوگی۔

ایسے زیادہ وردواذکار پڑھنے یا قرآن پاک کے پڑھنے سے بھی یہ مقصد حاصل ہو جاتا ہے۔ پھر انسان کے اندر ایک نوری جسم بننے لگ پڑتا ہے۔ یہی نوری جسم ہر طرح کی کرامات کا اہل ہوتا ہے۔ اس کے بعد سالک کو چاہیے کہ وہ اپنی دلچسپیاں دوسری چیزوں میں کم کر کے صرف روحانیت میں ہی توجہ دے کہ اس سے انرجی محفوظ رہتی ہے اور اپنی لائن میں ہی استعمال ہوتی ہے۔

ہمت

ایسی مشقیں کرنے والے انسان میں ہمت بھی ہونی چاہیے خدا نے آپ کو جنگل کا شیر بنایا ہے آپ نے اپنے آپ کو بھیڑ مان لیا ہے۔ اور جو کچھ مانا وہی کچھ بن کر رہ گئے۔

انسان میں ہمت ہو تو خود کو بھیڑ سے اوپر سوچے گا اور مانے گا تو پھر ہی شیر بن پائے گا۔ ہم میں سے بہت زیادہ لوگوں کی ہمت اتنی کم ہوتی ہے کہ ہم اپنے اپنے گاؤں، شہروں یا قبضوں میں پائے جانے والے مزارات کو ہی خود سے طاقتور سمجھتے ہیں۔ کہ مزار میں قبر کے اندر جو بابا بیٹھا ہوا ہے وہ ہی حقیقت میں ولی ہے اور ہم خود تو کچھ بھی نہیں۔

بیشمار ایسے صاحب مزارات کے زندگی کے صحیح واقعات پڑھنے یا سننے کے بعد میں اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ آج کل تقریباً ہر ہزار میں سے ایک انسان ان صاحب مزار سے بہت زیادہ روحانی طاقت رکھتا ہے۔ صاحب مزار سے وابستہ کرامات اکثر اندھے معتقدین اور مجاوروں کی گھڑی ہوئی ہوتی ہیں۔

بہر حال پورے پنجاب میں تین چار ایسے مزارات ہیں جن کے صاحب مزار نے واقعی کچھ اچھی سطح کی کرامات کا مظاہرہ کیا تھا۔

## صحیح نیت

یہ سب کچھ سیدھے، سچے اور نیکی کے راستے میں ہی ممکن ہے۔ جھوٹ فراڈ اور برائی کے راستے میں رہتے ہوئے کچھ نہیں ملا کرتا۔ اور اگر کچھ مل بھی جائے تو جلد ہی ضائع ہو جاتا ہے۔ کیونکہ جھوٹ کے راستے پر انسان کی ساری توانائی اپنی غلط راہ کی توجیح کرنے اور اسی سلسلے میں جھوٹ سے کام لینے اور اپنے جھوٹوں کو چھپانے کیلئے مزید جھوٹ بولنے میں صرف ہو جاتی ہے۔

جھوٹ کی وجہ سے پہلے لوگوں کا اس پر سے اعتبار ختم ہو جاتا ہے۔ پھر اس کی اپنی خود اعتمادی بھی ختم ہو جاتی ہے۔ آخر کار وہ خود اعتمادی کی کمی کی وجہ سے اپنا یقین (فیتھ) بھی کھونے لگ پڑتا ہے۔ انسان کے کردار میں سچائی اور انصاف پسندی اس کی روحانیت کی بنیادی ضرورتوں میں شامل ہے۔ کرامات کیلئے باقی قرآنی ہدایات پر بھی عمل کرے جیسے اپنی روحانی صلاحیتوں پر فخر نہ کرے، حسد سے بچیں، غیر ضروری بات چیت سے پرہیز کریں، اپنی توانائی فالتو ضائع نہ کریں۔

انسان چھوٹی موٹی روحانی کامیابیوں کے بعد اپنی صلاحیتوں پر اعتماد کرنے لگ پڑتا ہے۔ پھر اعتماد کی یہ مشق انسان کی عات بننے لگ پڑتی ہے۔ اس کے بعد انسان بڑے روحانی کاموں اور کرامات کی طرف چل پڑتا ہے۔ مگر اس کے لیے ضروری ہے کہ کسی بھی دعوے سے گریز کرے۔ دعویٰ کرنے کی صورت میں انسان میں یہ ڈر آ جاتا ہے کہ اگر مجھے اپنے دعوے میں ناکامی



## نان ججمنٹ (Non Judgement)

روحانیت میں ایک اصطلاح استعمال کی جاتی ہے جسے نان ججمنٹ کہا جاتا ہے۔ اس میں یہ پریکٹس کی جاتی ہے کہ سامنے جو کچھ ہو رہا ہے وہ صحیح ہو رہا ہے۔ یہ سامنے موجود مجھ سے مخاطب انسان جو کچھ بھی کہہ رہا ہے (یا بکواس کر رہا ہے) وہ بالکل صحیح ہے۔ آپ نے اپنے ذہن میں اس کے صحیح یا غلط ہونے کو توالتے نہیں رہنا ہے۔ ایسا کرنے سے آپ اپنی خاصی ذہنی الجھنوں اور خواہ مخواہ اپنی ذہنی توانائی کے ضیاع سے بچ جائیں گے۔

یہاں میں وضاحت کرتا چلوں کہ یہ نان ججمنٹ کا فارمولا روحانی لوگوں (سالکوں) کیلئے ہے۔ عام لوگ اس پر اندھا دھند عمل نہ کریں۔

ہم شعوری یا لاشعوری طور پر اپنی بہت سی انرجی بہت سی باتوں کی توجیح اور وضاحت ڈھونڈنے میں صرف کرتے رہتے ہیں بلکہ اپنے آس پاس موجود ہر چیز اور ماحول کو اپنے ذہن کی طاقت کی مدد سے اپنی مطلوبہ آئیڈیل صورت میں ڈھالتے ہیں لگے رہتے ہیں اور روحانی طور پر طاقتور انسان کے آس پاس تو ہر وقت اس کی زیادہ طاقت و رسوخ کی وجہ سے تبدیلیاں بھی واقع ہوتی رہتی ہیں۔ میرے ساتھ بھی ایسا کافی عرصے سے ہو رہا تھا مگر کچھ عرصے بعد اس کی کچھ صحیح سمجھ آ پائی ورنہ پہلے اسی وجہ سے کچھ نقصان بھی ہوتے رہے۔

نان ججمنٹ کی مدد سے آپ اپنے فضول قسم کے بحث و مباحثہ سے بھی بچ سکیں گے اور خواہ مخواہ نظام کی خرابی وغیرہ پر کڑھنے سے بھی جان چھوٹ جائے گی۔

روحانیت میں مصروف انسان کو یہ پریکٹس بہت فائدے مند رہتی ہے۔ یہ اپنی انرجی کو بھی بچاتی ہے اور اسے بڑھاتی ہے۔

ہم لوگ اپنی بہت زیادہ توانائی اپنے سیاسی یا مذہبی عقیدوں کی زیادہ سے زیادہ الٹی

ہوئی تو شرمندگی ہوگی۔ یہ سوچ انسان کے یقین کو کمزور کر دیتی ہے، اس لیے کسی کام کا دعویٰ مت کریں اور ہر ایسے کام کرنے سے پہلے انشاء اللہ کہیں۔ بہر حال ایک بات یہ بھی یاد رکھیں کہ کوئی ایک پرنیچرل قسم کی چیز جیسے جسم میں گولیاں کھانا، ٹوٹی ہڈیاں سیکنڈوں میں جوڑنا وغیرہ اگر آپ کسی ان چیزوں کے ماہر سے سیکھیں تو با آسانی سیکھ لیں گے بغیر اس طرح کے استاد کے ایسی چیزیں خاصی روحانی ترقی کے بعد ممکن ہوتی ہیں۔



## بچوں کی تربیت

بچوں کی تربیت میں بڑی احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ بچپن کی کمزوریاں اور کمپلیکسز ساری عمر پیچھا کرتے رہتے ہیں

ہمارے لوگ ان کیلئے پیسہ چھوڑ کر جانے کی فکر میں ہی ہوتے ہیں۔ جبکہ ان کی تربیت صحیح ہو تو وہ پیسہ خود ہی بنالیں گے اور زندگی کا شعور نہ ہو تو سارا پیسہ چند ہی سالوں میں اڑا دیں گے۔ اور اہم یہ ہے کہ آپ انہیں رزق حلال کھلائیں اور اگر آپ انہیں حرام کھلائیں گے اور حرام ہی ان کیلئے چھوڑ کر جائیں گے تو میری یہ بات لکھ کر رکھ لیں کہ آپ کے بچے ساری عمر پریشانیوں میں ہی گزاریں گے۔

غلط پیسے کی غلط وابہریشن ہوتی ہے اور وہ نقصان کر کے ہی جاتا ہے۔ حلال پیسے کی اچھی وابہریشن ہوتی ہے اور اس کی اپنی برکت ہوتی ہے۔

بچوں کی تربیت کے دوران اگر آپ بچوں کو یہ کہیں گے کہ وہ بیوقوف ہیں تو وہ خود کو بیوقوف ماننے لگ پڑیں گے اور جو خود کو ماننے لگ پڑے وہی کچھ بن جاتا ہے۔ بچوں میں یہ تبدیلی بڑی جلدی آتی ہے۔ اس لیے انہیں مثبت لفظوں اور اچھے طریقے سے مخاطب کریں۔ دوسرے لوگوں یا مہمانوں کے سامنے یہ کہنے کی بجائے یہ بڑا لائق ہے، بچوں کو مہمانوں کے سامنے یہ کہیں کہ یہ بڑا ذہین یا قابل ہے۔ اسی طرح اسے یہ کہنے کی بجائے کہ یہ بڑا متمیز ہے کہیں کہ یہ بڑا متمیز والا ہے۔

بچے جب یہ تعریفانہ جملہ سنتے ہیں تو اس پر پورا اترنے کی مکمل کوشش کرتے ہیں انہیں دوسروں کے سامنے اس طرح متعارف کرائیں کہ وہ یہی کچھ بننے کی کوشش کریں۔

ضرورت اس بات کی ہے کہ والدین انہیں انکے بارے میں اچھی شناخت

سیدھی توجیح کر کے خود کو سمجھانے میں تو خرچ کرتے ہی ہیں مگر اس کا مظاہرہ زیادہ تر دوسرے لوگوں پر اپنا عقیدہ یا نظریہ سمجھانے بلکہ ٹھونسنے میں خرچ کرتے ہیں۔ بحث و مباحثہ میں تو یہ مظاہرہ زیادہ تر تو خود کو شرمندگی سے بچانے کیلئے ہی ہوا کرتا ہے۔

ذرا سوچیں تو آپ اس جھنجھٹ میں نہ پڑیں اور اگر پڑنا بھی چاہیں تو اتنا علم اور نالج حاصل کریں تاکہ دوسروں کو صحیح معنوں میں گائیڈ کر سکیں اور یہ سب کچھ صحیح نیت کے ساتھ کریں۔ نان تجنٹ والا شخص ایک بہت اچھا سننے والا بن جاتا ہے۔ اور اچھا سننے والا اچھے بولنے والے کی بہ نسبت کئی گنا زیادہ دوست بنالیتا ہے۔



(Identity) دیں تاکہ ان کی شخصیت کی بنیاد صحیح اصولوں اور بنیادوں پر پڑے۔ اس میں انہیں خود کو لائق تصور کرنے کے بعد اچھائی اور نیکی کے اصولوں پر شخصیت کی عمارت کی تعمیر شروع کرنی چاہیے۔ اسی طرح آپ اپنے آس پاس موجود دوسرے لوگوں مثلاً اپنی شریک حیات وغیرہ کو بھی بہتر کر سکتے ہیں۔ اس میں ان کی حوصلہ افزائی بھی کیا کریں۔ اس طرح آپ کو چاہیے کہ یہ فیصلہ رکھیں کہ آپ کے بچے اور آپ کی شریک حیات بڑے سمجھدار ہیں تو وہ لوگ آہستہ آہستہ ایسے ہی بن جائیں گے۔ ایک بڑی اہم بات بات بچوں کی تربیت کے معاملے میں یہ ہے کہ بچے کسی کو کاپی کر کے ہی سیکھتے ہیں اکثر ماں باپ کی بہت سی چیزوں کی نقالی کرتے ہیں اس لئے ماں باپ کو ان کیلئے اچھا رول ماڈل ہونا چاہیے۔ ماں باپ کو اچھے اور اونچے کردار کا مظاہرہ کرنا چاہیے۔ اکثر ماں باپ اپنے بچوں پر سختی کرتے ہیں اور انہیں خواہ مخواہ دباتے رہتے ہیں یہ غلط طریقہ ہے بہتر طریقہ یہ ہے کہ آپ ان کے دوست بن جائیں۔

ایک اہم بات یہ ہے کہ اگر آپ نے اپنے بچوں کو خود اعتمادی سکھائی اور زندگی کا مقصد دے دیا تو آپ کا کام بڑی حد تک مکمل ہو گیا اور اگر آپ نے ساتھ انہیں زندگی کا شعور بھی دے دیا تو آپ کا 95% کام مکمل ہو گیا اب آپ کے بچے آگے باقی سب کام کر لیں گے اور انشاء اللہ بہت کچھ کریں گے۔

## غلط بنیاد

ہم بہت سی عادتیں شروع میں جیسی بنا لیتے ہیں انکو بہت کم ہی تبدیل کرتے ہیں۔ مثلاً اگر کوئی شخص شروع میں غلط ڈرائیونگ کر دیتا ہے تو اگر وہ اس عادت کو شروع میں ہی صحیح نہ کرے تو ساری عمر اسی طرح غلط ڈرائیونگ کرتا رہے گا۔

اسی طرح جب ہم باڈی بلڈنگ کرتے تھے تو ہمیں ہمارے ایک استاد نے بتایا جو لڑکے شروع میں غلط طریقے یا غلط اینگل سے وزن اٹھانے لگ پڑتے ہیں تو وہ ساری عمر اسی طرح سے وزن اٹھاتے رہتے ہیں

اسی طرح شروع میں انسان جس چیز سے ڈرے وہ ساری عمر اسکے اندر بیٹھا رہتا ہے۔ ہمارے اندر اسی طرح کے ڈر یا جھکیں بیٹھی رہتی ہیں۔ انہیں محسوس کر کے انہیں ختم کرنا شخصیت کی بہتری کیلئے بڑا ضروری ہوتا ہے۔ ہم کچھ عرصہ نئی چیز کو کرنے کے بعد اس میں آٹو میٹک ہو جاتے ہیں جو کہ لاشعور کا ہر وقت ذہنی دباؤ کو کم رکھنے کا ایک طریقہ ہوتا ہے۔ اسی لئے ابتداء ہی میں طریقہ اور سائل صحیح کر کے چلیں۔

اپنی اہم اور ضروری چیزوں میں اپنا سائل اور طریقہ شروع سے ہی صحیح کر لیں۔



## نامیدی کی وجہ

سوال: اسلامیہ کالج سول انجنئر میں ایم اے سائیکالوجی کے اسٹوڈنٹ راجیل نے مجھ سے سوال کیا کہ نامیدی کی وجہ کیا ہوتی ہے؟

جواب: سب سے پہلی وجہ انسان کا ایک وقت میں بہت سے مقاصد (جو مقاصد نہیں دراصل خواہشیں ہوتی ہیں) کے حصول کی کوششیں کرنا اور پھر انہیں ادلی بدلی کرتے رہنا ہوتی ہیں۔ کہ انسان کا ایک مقصد ہو تو انسان اسے یقیناً حاصل کر سکتا ہے۔ کہ ایک ہی چیز میں ہر طرح کی معلومات، تجربہ اور مہارت حاصل کرنا تقریباً ہر شخص کیلئے ممکن ہوتا ہے۔ اور اگر انسان میں مستقل مزاجی ہو تو انسان اسے یقیناً حاصل کر لیتا ہے۔ اس کی تفصیل میں پیچھے باب ”زندگی میں مقصد ہونا“ میں موجود ہے۔

ایک وقت میں بہت سے مقاصد پر کام کرنے والا یقیناً ناکام ہوتا ہے۔ اور دیے بھی اسے یہ سوچنا چاہیے کہ کسی ایسی چیز میں محنت کیوں کر رہے ہو جس کے آدھے یا اسی فیصد حصول کے بعد اسے چھوڑ دینا ہے۔ ایسے مقاصد جو دراصل خواہشیں یا کمپلیکسز ہوتے ہیں میں ناکامی کے بعد اچھا خاصا باصلاحیت انسان اپنی خود اعتمادی کھونے لگ پڑتا ہے۔ پھر قوت فیصلہ بھی کھودیتا ہے۔ اور نامیدی اس سے اگلا قدم ہوتی ہے۔

نامیدی کا علاج زندگی میں ایک مقصد ہونا اور خود کو اس مقصد کے حصول میں مصروف کر لینے میں ہے اور اگر کوئی مقصد نہیں ملتا تو عام نو جوانوں کی طرح سیاست یا سپورٹس وغیرہ کی بحثوں میں ماہر بننے کی کوشش میں وقت ضائع کرنے کی بجائے دین اسلام میں مہارت حاصل کرنا ایک بہت بہتر کام ہے۔

اس سے نہ صرف آپ خود کو ایک بہتر زندگی گزاریں گے بلکہ اپنے آس پاس کے لوگوں

کو بھی اس میں پوری طرح مدد اور فائدہ دیں گے۔ اسلام کے بھی روحانی پہلو یعنی بہتر اور کامیاب زندگی کے اصول سیکھنا، روحانی صلاحیتیں جگانا اور انہیں استعمال کرنا۔ ان پر عمل کرنا اور دوسروں کو سکھانا ایک بہت دلچسپ اور نہ ختم ہونے والا مقصد ہو سکتا ہے۔

دوسرے لفظوں میں آپ تبلیغی لوگوں کی طرح آپ تبلیغ میں لگ جائیں یا اصلی صوفی لوگوں (نہ کہ فراڈیے صوفی) کی طرح طریقت میں مہارت حاصل کر کے ہنٹے کھیلے، خوش باش اگلی دنیا کی تیاری کریں۔ اور اسے دوسروں کو سکھائیں۔

سوال: راجیل کے دوست کا سوال یہ تھا کہ انرجی لیول کیوں ڈاؤن ہو جاتا ہے؟ جواب: نامیدی کا علاج اوپر بیان ہو چکا ہے۔ نامیدی بھی انرجی لیول ڈاؤن ہونے کی وجہ ہوتی ہے۔ مقصد آپ کو بہت سی انرجی دیتا ہے۔ مثبت سوچ بھی آپ کو نہ ختم ہونے والی انرجی دیتی ہے۔ جسمانی توانائی کا کم ہونا بھی آپ کی ذہنی توانائی کو وقتی طور پر کم کر دیتا ہے۔

مگر اکثر وقتی طور پر انرجی لیول ڈاؤن ہونے کا سبب غلط سوچیں سوچنا ہے۔ کچھ سوچیں انرجی دیتی ہیں تو کچھ انرجی لیتی ہیں۔ ماضی کے ایسے واقعات سوچنا کہ جن کے سوچنے سے آپ کو کوفت ہوتی ہے آپ کا انرجی لیول ڈاؤن کر دیتی ہیں۔ ایسے ہی خوش کن سوچیں سوچنا آپ کو توانائی دیتا ہے۔

غلط اور توانائی لینے والی سوچوں کو یاد کرنے سے گریز کریں۔ دوسرے لفظوں میں سلیکو میموری (چنی ہوئی یادداشت) بنائیں۔

اپنی زندگی کے تلخ تجربات سے کچھ سیکھنا تو صحیح ہے مگر ان کو خود پر سوار کر لینا بالکل غلط ہے۔ ہو سکے تو ان پر ہنسنا سیکھیں یہ بالکل ممکن ہے۔

اس کے بعد ہر سوچ جو آپ کو آج اور آنے والے کل میں مدد دے اور انرجی دے وہ صحیح ہے۔ اور ہر سوچ جو آپ کو کمزور کرے وہ غلط ہے۔



منفی سوچ یہ بھی ہے کہ یہ دنیا ایک خراب اور خطرناک جگہ ہے ایسا یقین کر لینے والا پھر ساری دنیا کے لوگوں سے بچنے کے چکر میں ہی اپنی تمام توانائیاں لگا دیتا ہے اور اسی بنیاد پر ایک پورا الٹا عمل (اسٹریٹجی) ترتیب دیتا ہے۔ وہ ان لوگوں سے بچنے میں ہر طرح کے حربے استعمال کرتا ہے۔ یہ داؤ بیچ اسے ذہنی طور پر اسے بری طرح تھکا دیتے ہیں۔

دنیا کے بارے میں مثبت سوچنے والے کو ایسا کوئی مسئلہ نہیں ہوتا اور جو سوچیں بھی آپ لگا تار ذہن میں گھمائیں وہ کچھ عرصے میں ہی آپ کی عادت بن جاتی ہیں۔ نئے جوان ہونے والے بچوں کیلئے ایک اہم پیغام یہ بھی ہے کہ وہ جنس سے متعلقہ سوچ شروع ہوتے ہی ذہن سے جھٹک دیں ورنہ اس کی بھی عادت بن جاتی ہے۔ اور جو کہ بڑی خطرناک عادت ہوتی ہے۔ یہ اسی طرح ہیں کہ اگر آپ کے پاس مٹھائی یا نمکو قسم کی کوئی چیز پڑی ہو تو اگر آپ اسے تھوڑا سا لیں تو پھر آپ کا اس کو مزید کھانے کا دل کرتا ہے جس کا نتیجہ موٹاپا ہوتا ہے اسی طرح ہر غلط سوچ کو شروع میں ہی جھٹک کر آپ ہر غلط عادت کو ختم کر سکتے ہیں۔ بس اپنی غلط سوچ کو سلیکٹ کریں اور جو نہیں یہ سوچ ذہن میں آئے اسے مت دہرائیں کچھ عرصے میں ہی آپ کی پرانی عادت ختم ہو جائے گی۔

## جسمانی کمزوری کا روحانی علاج

سوال: جسمانی کمزوری کا روحانی علاج کیا ہے؟

جواب: جسمانی کمزوری کے علاج میں پہلے تو ذہنی علاج یعنی مثبت سوچ رکھنا اور متقی سوچوں سے بچنا ہے پھر جسمانی کمزوریوں یا بیماریوں کا ڈاکٹری علاج بھی کرنا چاہیے۔

اس کے بعد ہم جسمانی کمزوریوں کے روحانی علاج کی طرف آتے ہیں جس میں مثبت سوچ تو بہر حال ہوتی ہے ہی مگر ساتھ ساتھ کوئی جسمانی طاقت و توانائی کا ورد کرتے رہنا، خصوصاً دردِ ابراہیمی کی کم از کم ایک تسبیح پڑھتے رہنا آپ کو جسمانی توانائی دیتا رہے گا۔ زیادہ توانائی کیلئے آپ دردِ ابراہیمی کے ساتھ بسم اللہ الرحمن الرحیم ہر دفعہ پڑھا کریں۔ چند ہی دنوں میں آپ کے جسم میں توانائی آنے لگ پڑے گی۔ اس کیلئے سورۃ فاتحہ کا بھی ورد خاصاً فائدے مند رہتا ہے۔ قرآن پاک کی تلاوت بھی اس مقصد میں یہی کام کرتی ہے۔ گو اس میں مہارت نہ ہو تو شروع میں دیکھ کر پڑھنے میں توجہ زریزہ بر کی طرف لگی رہتی ہے۔

قرآن پاک میں بھی سورۃ البقرہ یا سورۃ النہل کا پڑھنا بڑی ہی فائدہ مند ہوتا ہے۔ یہ کم از کم آدھا گھنٹہ پڑھا جائے تو انسان کو جسم میں بڑی توانائی محسوس ہوتی ہے۔

جب بھی کوئی ورد کیا جائے تو کچھ عرصہ اسے جاری رکھنے کے بعد اس کا جسم میں اثر محسوس ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ جب آپ اسے شروع کرتے ہیں تو چند ہی منٹ کے بعد آپ کی سر کے اوپری حصے میں انرجی اور لہریں سی چلتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ جب یہ لہریں محسوس ہوں تو پھر ہی آپ کو وہ ورد صحیح معنوں میں فائدہ اور توانائی دے رہا ہے۔ جب یہ لہریں چلتی شروع ہوتی ہیں تو کچھ ہی عرصے میں انسان کے جسم میں ایک اور روحانی یا نوری جسم بننے لگ پڑتا ہے۔ جو کہ کچھ مزید ترقی ہونے کے بعد جسم سے باہر نکلے، پھر بعد میں مزید ترقی کے بعد ایک وقت میں دو یا



زیادہ جگہ موجود ہونے کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔

جب یہ لہریں یا انرجی چلنے لگ پڑتی ہے تو پھر پہلے یہ جسم میں بھرنے لگتی ہے، سب سے پہلے یہ آپ کے جسم کے کمزور حصوں یا اعضاء کو طاقتور بناتی ہے پھر سارے جسم میں پھیلنے لگ پڑتی ہے۔ اس کے بعد نہ صرف انسان کی اپنی بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت زیادہ ہو جاتی ہے بلکہ وہ دوسرے بیماروں اور کمزوروں کا جسمانی علاج (ملکنیک : سینک : ریکی یا دم) کرنے کے قابل ہو جاتا ہے۔ پھر یہ شخص جو بھی دعا کرے اس کی قبولیت کا بہت امکان ہوتا ہے اور اہل یقین ہو تو بہت ہی زیادہ ہوتا ہے۔

کچھ لوگوں میں یہ انرجی پیدا ہوتی طور پر بھی عام لوگوں سے زیادہ پائی جاتی ہے۔ لیکن اسے برقرار رکھنے اور بڑھانے کیلئے ورد بڑے ضروری ہیں لیکن ورد کرنے والے کیلئے بھی اشد ضروری ہے کہ وہ مثبت سوچ میں رہے ورنہ ورد اور اذکار کرنے والے انسان کی منفی سوچ عام لوگوں سے جلدی اس کا نقصان کرنے لگ پڑتی ہے۔ اس لئے ایسے لوگوں کا بھی کمزور اور خصوصاً منفی سوچوں سے بچنا بہت ضروری ہوتا ہے۔

## روح اور ذہانت کا تعلق

سوال: روح کا ذہانت سے کیا تعلق ہے؟

جواب: پچھلے باب میں بیان کردہ انرجی ہی جب سارے جسم میں پھیل جاتی ہے تو پھر یہ انسانی دماغ کو بھی زیادہ انرجی دیتی ہے۔ یہ انرجی انسان کو ہر قسم کی سنی یا پڑھی ہوئی معلومات کو فوری یاد کرنے اور سب سے حاصل شدہ معلومات کا تجزیہ کر کے اس میں سے نتیجہ اخذ کرنے میں زبردست مددگار ہوتی ہے۔ بہت زیادہ پڑھے ہوئے انسان میں بھی اگر یہ انرجی نہ ہو تو اسکیمیں تخلیقی صلاحیتیں نہیں ہوتیں وہ کوئی نئی بات نہیں دریافت کر پاتا وہ صرف دوسرے پروفیسروں کی لکھے ہوئی مضامین و کتابیں طوطے کی طرح دہراتا رہتا ہے۔

اس میں انسان مشقیں کرے تو اجتماعی لاشعور (Collective unconcious) سے بھی معلومات لے لیتا ہے۔ اس کا تعلق لاشعور میں ہر قسم کی معلومات اور آج تک ہونے والا ہر تجزیہ ہر سوچ اس میں شامل ہے۔ تصوف کی زبان میں اس کی علم لذنی حاصل ہونا کہتے ہیں۔ کچھ روحانی ترقی کے بعد ہر آدمی ضرورت کے وقت اس کا تعلق دماغ سے کچھ نہ کچھ معلومات ذہن میں خود بخود خیال آنے کی صورت میں استفادہ کر سکتا ہے۔ چاہے آپ اسے غیبی مدد سمجھ لیں یا کچھ اور۔

ہمارے ملک میں کچھ لوگ اس دماغ سے تعلق ہونے کو چودہ طبق روشن ہونے کے نام سے بھی یاد کرتا ہے۔ اس میں چھٹی جس کے علاوہ اور بھی بہت سی حسیں ہوتی ہیں۔

ہر بڑے اور مشہور انسان میں ذہنی طاقت اپنے آس پاس کے لوگوں سے زیادہ ہوتی ہے۔ اپنی روحانی زندگی کے شروع میں خود میں ہر طرح کی اوٹ پٹانگ مشقیں کرتا رہا اور دس برس تک پروفیشنل پائمنٹ کا کام بھی ایسٹریڈیم میں کیا۔ اس دوران مشہور پائمنٹ کیرو کی لکھی ہوئی



اس کی یادداشتوں کی کتاب بھی پڑھی۔ جس میں اس نے ایک مشین کا ذکر کیا جو اس کے لیے کسی فرانسیسی سائنسدان نے بنائی تھی۔ اس نے اس کا فوٹو بھی دیا تھا کہ اس مشین پر ایک ڈائل اور ایک سوئی بھی تھی جو کوئی بھی اسے غور سے دیکھتا تھا تو توجہ کی مدد سے اس کی سوئی چل پڑتی تھی۔ کیرو کے کہنے کے مطابق ہر مشہور اور بڑے انسان میں ذہنی توانائی دوسروں سے زیادہ تھی۔ اپنی سوچ کی طاقت کی مدد سے ہر کوئی اسے زیادہ یا کم گھما اور روک بھی سکتا تھا۔ کیرو کے کہنے کے مطابق اس کے تجربے میں برطانیہ کے مشہور وزیراعظم (Noble Primeminister) گلڈسٹون نے اس مشین کی سوئی کو سب سے زیادہ گھمایا اور اسے بڑی دیر تک روکے رکھا تھا۔

بہر حال زیادہ ذہنی طاقت کے ساتھ مثبت سوچ اور اپنے متعلقہ شعبے میں محنت کرنا اس کی تعلیم حاصل کرنا اور بہتر طریقہ کار اختیار کرنا۔ آپ کو دوسروں سے ممتاز بنادے گا۔ اور اپنے ملک کے بھی چوٹی کے لوگوں میں بھی شامل ہو سکتے ہیں۔ اور فیصلہ اور حوصلہ ہو تو دنیا کے ٹاپ لوگوں میں بھی جاسکتے ہیں۔

زیادہ عبادت (تلاوت و ریاضت) آپ کو زیادہ جسمانی اور ذہنی توانائی بھی دیتے ہیں۔ یہ زیادہ توانائی آپ کو اپنے مطلوبہ شعبے میں زیادہ محنت میں بھی مدد دیتی ہے۔ آپ بہت کم آرام کے بغیر بہت لمبا وقت کام کر سکتے ہیں۔ آپ کی یادداشت بھی دوسروں سے بہت بہتر ہوتی ہے۔ یہ سب چیزیں آپ کو اپنے متعلقہ شعبے میں مددگار ہوتی ہیں۔ ایسے لوگوں کو ہر قسم کی مطلوبہ معلومات بھی دوسرے لوگوں کی نسبت بڑی آسانی سے مل جاتی ہیں۔

پھر زیادہ ذہنی طاقت آپ کے مقصد کو اپنی طرف کھینچتی ہے۔ ساتھ مثبت سوچ و یقین ہو تو پھر کیا ہی بات ہے۔ کنسرپشن کی مشقیں بھی اس میں مدد گار ہوتی ہیں۔

روحانیت آپ کو بے پناہ ذہانت دیتی ہے اور ذہانت کی تین قسمیں ہیں۔

1۔ پیدائشی ذہانت

2۔ سیکھی گئی ذہانت (Aquired Intelligence)

3۔ روح کی ذہانت

ان تینوں میں بھی روح کی ذہانت ہی سب سے بڑی اور زیادہ ہوتی ہے۔ آپ کی روح میں بے پناہ توانائی بھی چھپی ہے اور بے پناہ ذہانت بھی۔

بس پہلے اس انرجی کو اپنے اندر ڈھونڈیں (Explore) کریں۔ راستہ مثبت سوچ (Faith) اور عبادت کا ہی ہے۔ خصوصاً قرآنی آیتوں کا ورد اور قرآن پاک کی تلاوت اس تک یقینی طور پر پہنچا دیتی ہے قرآن پاک نہ صرف آپ کو زندگی کی گہرائی نالج شعور اور دانش و حکمت حقیقی معنوں میں دیتا ہے بلکہ اس کا پڑھنا آپ کے اندر اس خدا کی عطا کردہ طاقت و ذہانت کو جگا دیتا ہے جو سب سے اونچی قسم کی ذہانت ہوتی ہے قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے اور خدا نے تم پر کتاب اور دانائی نازل فرمائی ہے اور تمہیں وہ باتیں سکھائی ہیں جو تم جانتے نہیں تھے اور تم پر خدا کا بڑا فضل ہے (سورۃ النساء آیت ۱۱۳)۔



## سکون پانا

سوال: سکون پانا کیسے ممکن ہے؟

جواب: کتاب میں پہلے ”خوش رہنا کیسے ممکن ہے“ میں سبھی اصول بتائے گئے ہیں جن میں زندگی میں مقصد ہونا، مثبت سوچ ہونا۔ اپنے موجودہ حالات پر شکر ادا کرنا، مالی حالات کا صحیح ہونا وغیرہ شامل ہے۔ مگر اس کے بعد کسی اچھے مقصد یعنی انسانیت کی بھلائی کے مقصد میں مصروف رہنا (جیسے لوگوں کی مدد کرنا یا تبلیغ کرنا وغیرہ) آپ کو سکون دے گا۔

خوشی اور سکون میں فرق ہے۔ خوشی تو اکثر لوگوں کیلئے دکھ کو کچھ وقت کیلئے بھول جانے کا ہی نام ہے۔ سکون ایک اطمینان اور ٹھہراؤ کی کیفیت کا نام ہے۔

قرآن پاک کا پڑھنا بھی آپ کو بڑا سکون دیتا ہے۔ اس سے نہ صرف آپ کو توانائی اور سکون ملتا ہے بلکہ اس کی واہمیشن آپ کے ارد گرد اور معاشرے میں بھی سکون اور برکت کا سبب ہوتی ہے۔ قرآن پاک میں لکھا ہے کہ ”اللہ کے ذکر سے دل سکون پکڑتا ہے“

ایک دفعہ میرے اپنے عزیز دوست اور مہربان حاجی جاوید چیمہ صاحب (مانپور سیالکوٹ۔ حال مقیم مانچسٹر، برطانیہ) سے بات ہو رہی تھی۔ جاوید صاحب پہلے ہالینڈ میں رہتے تھے وہ مجھے بتا رہے تھے کہ انگلینڈ میں رہنے والے پاکستانی تارکین وطن ہالینڈ میں مقیم پاکستانیوں سے زیادہ بہتر رہ رہے ہیں۔

اس پر میں نے پوچھا ”وہاں آپ کو کوئی سکون میں بھی ملا؟“

تو وہ سوچ کر کہنے لگے ”سکون میں وہی ملے ہیں جنہوں نے رب کے ساتھ لو لگالی ہے“

اور درحقیقت یہی سب سے بہتر اور آسان طریقہ ہے۔

## گاؤں اور شہر کے لوگ

ایک دن قلندر اپنے چند دوستوں کے ساتھ گاؤں اور شہر کے لوگوں کا تقابل کرنے لگا تھا۔ ان کی بحث کا خلاصہ یہ تھا کہ گو شہر کے لوگ (اپنی تیز زندگی کی وجہ سے) گاؤں والوں سے کم مہمان نواز اور کم دوستی رکھنے والے ہوتے ہیں۔ مگر گاؤں والوں سے کم شرارتی اور زیادہ مہذب اور ذہین ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ انہیں گاؤں والوں کی نسبت زیادہ مجلسی زندگی سے واسطہ پڑتا ہے۔

گاؤں والے کم مجلسی و محفلی زندگی گزارنے سے تہذیب و شائستگی میں بھی پیچھے ہوتے ہیں اور اپنے سے کمزوروں کو دباتے رہتے ہیں۔ خصوصاً عورتوں سے ان کا یہی سلوک ہوتا ہے۔ عورتوں سے سلوک سے متعلق ایک لطیفہ سن لیں۔

ایک رپورٹر مشرق بعید کے دورے پر تھا اس نے گاؤں میں ایک چینی جوڑا دیکھا اس نے دیکھا کہ دیہاتی مرد گدھے پر سوار مزے سے آگے جا رہا ہے۔ اور عورت اس سے کوئی 20 قدم پیچھے سر پر لکڑیاں رکھے چلی آرہی تھی۔

کچھ عرصے کے بعد وہی رپورٹر دوبارہ وہاں سے گزر رہا تھا تو اس نے اسی چینی جوڑے کو دیکھا۔ لیکن اب ایک تہدیلی تھی اب عورت نے سر پر لکڑیاں رکھی ہوئی تھیں اور مرد سے بیس قدم آگے پیدل چلی جا رہی تھی اور مرد گدھے پر سوار اسکے پیچھے آ رہا تھا۔ رپورٹر کو پہلا واقعہ یاد کر کے اب بڑا تعجب ہوا۔ وہ ان سے پوچھنے لگا کہ یہاں کیا تہدیلی آچکی ہے کیا اب عورتوں کو آزادی مل چکی ہے۔ کہ پہلے عورت پیچھے پیچھے چل رہی تھی اب عورت سامنے چل رہی ہے۔

وہ شخص بولا ”تم بے وقوف مغربی لوگ ایک چھوٹی سی بات بھی نہیں سمجھ سکتے ہو کہ پہلی دفعہ تم جنگ سے پہلے آئے تھے اس وقت عورت پیچھے تھی اب عورت آگے اس لیے چل رہی ہے کہ



آگے بارودی سرنگیں دبی ہوئی ہیں۔

گاؤں والے عورتوں سے ایسا سلوک کرتے ہیں۔

پاکستان میں اب پیسے اور اقتدار والوں سے دوستی کی وجہ تو وہ بتا رہے تھے کہ پاکستانی قوم کو تھانے کچہری کی وجہ سے ریغمال بنا لیا ہے۔ اور وہاں صرف پیسے والوں کی ہی سنی جاتی ہے۔ اسی وجہ سے ہر آدمی ان سے تعلق بنانے اور ان میں شامل ہونے کی دوڑ میں لگا رہتا ہے۔

نفاست و شائستگی میں دوسرے لوگوں سے تہذیب یافتہ لوگوں کی طرح ملنا اور کسی کا دل نہ دکھانا بھی شامل ہے۔ کپڑے چاہے سادہ ہوں مگر صاف ستھرے اور استری شدہ ہوں۔

کھاتے وقت منہ سے چپڑ چپڑ کی آوازیں نکالنا اور منہ کھول کر جمائیاں لینا پھر لوگوں میں بیٹھ کر ذکر مارنا نفاست سے دور کی بات ہے۔ اسی طرح جگہ جگہ تھوکتا بھی نفاست نہیں ہے۔

رسول پاک ﷺ نے تو ہمیں پیاز کھا کر مسجد میں جانے سے منع نفاست کی وجہ سے ہی کیا تھا۔

شہر کی لڑکیوں میں نفاست گاؤں کی لڑکیوں کی بہ نسبت زیادہ ہوتی ہے۔ نفاست خوبصورتی کا لازمی حصہ ہوتی ہے۔ ویسے بھی شہر کی لڑکیاں زیادہ فیشن ایبل ہوتی ہیں اور اپنے بھائیوں اور ماحول وغیرہ سے زیادہ سیکھ لیتی ہیں۔

مغرب میں اپر کلاس کے لوگوں کی نفاست کی ٹریننگ ضروری سمجھی جاتی ہے۔

## موٹیویشن (Motivation)

موٹیویشن کا ہماری زندگی میں بڑا کردار ہے۔ مذہبی نقطہ نظر سے بھی اپنے ہم خیال لوگوں میں رہنا اہم قرار دیا جاتا ہے کہ اس میں آس پاس موجود ہم خیال لوگ انسان کو اس حوالے سے موٹیویشن کرتے رہتے ہیں۔ علامہ اقبال کا شعر ہے۔

فرد قائم ربط ملت سے ہے تنہا کچھ نہیں

موج ہے دریا میں بیرون دریا کچھ نہیں

کچھ لوگوں میں قدرتی طور پر یہ صلاحیت پائی جاتی ہے کہ وہ دوسرے لوگوں کو اپنے پیچھے لگا لیتے ہیں۔ ہر سیاسی جماعت ہر تحریک کے چلانے میں ایسے ہی لوگ اہم ترین کردار ادا کرتے ہیں۔ یہ لوگ قدرتی طور پر لیڈر ہوتے ہیں عام لوگوں سے زیادہ ذہین ہوتے ہیں۔ پھر انہیں دوسرے لوگوں کو اپنے پیچھے لگانے کی اپنی صلاحیت پر اعتماد بھی ہوتا ہے۔ ایسے لوگ بڑے کامیاب تبلیغی بھی بنتے ہیں۔ ہر تبلیغی جماعت والے کو اس چیز کو سیکھنا چاہیے۔

امریکہ میں چھپنے والی ایک کتاب میں اسی سے متعلقہ ایک دلچسپ واقعہ ملتا ہے۔ مجھے یہ واقعہ میرے دوست اور مہمان شہزادہ جواہر چوہدری صاحب نے سنایا تھا۔

امریکہ میں یہ بوٹ بنانے والی فیکٹری تھی اور ان کا ایک شوروم تھا۔ ان کے بوٹ کوالٹی میں تو خاصے اچھے تھے قیمت بھی کم تھی، مگر مارکیٹ میں ان کی کوئی مانگ نہ تھی۔ ان کی مانگ نہ ہونے کی وجہ سے مالک فیکٹری کو بند کرنے پر مجبور ہو کر غور کرنے لگ پڑا۔

پھر اچانک ان کی ڈیمانڈ بڑھنے لگ پڑی، پہلے شوروم میں سارے جوتے ختم ہوئے پھر فیکٹری میں بھی ختم ہو گئے۔ بلکہ مالک کو ڈیمانڈ پورا کرنے کیلئے اوور ٹائم فیکٹری چلائی پڑی۔

ڈیمانڈ پھر بھی پوری نہ ہوئی اسے مزید نئے ملازم رکھنے پڑے لیکن ڈیمانڈ اب بھی



پوری نہیں ہو پارہی تھی۔ پہلے تو مالک نے اسے کوئی سنجیدہ مذاق سمجھا کہ وہ سالوں سے ناکام رہا تھا مگر تحقیق کرنے پر یہ پتہ چلا کہ یہ ایک سکول کے چند بچوں کے گروپ کا کام ہے۔

ان بچوں نے اتفاق سے یہ بوٹ خریدے یہ کوالٹی میں خاصے اچھے تھے اور قیمت میں بھی کم تھے ان بچوں نے سکول جا کر دوسرے بچوں کو بھی ان بوٹوں کے خریدنے کا بتایا اور انہیں اس کی مخصوص دکانوں پر لائے رفتہ رفتہ نہ صرف وہ سکول بلکہ سارے شہر کے بہت سے بچوں نے دو بوٹ خریدے۔

دوکان والوں نے فیکٹری والوں کیساتھ کنٹریکٹ کیا اور فیکٹری والوں نے ڈیمانڈ کو پورا کرنے کیلئے زیادہ کام کر دیا۔

اس فیکٹری کے بوٹوں کی مانگ اتنی زیادہ بڑھی کہ بیرون ملک (یورپ) سے بھی اس کے آرڈر آنے لگ پڑے۔

مالک نے جب تحقیق کی تو معلوم ہوا کہ چند بچے جنہوں نے سب سے پہلے وہ بوٹ لیے تھے اور پھر مزید بچوں کو وہاں لائے تھے وہ قدرتی طور پر موٹی ویئر تھے۔

## ذہن خالی رکھنا

خود کو بھولنے کی مشق روحانی مشقوں کا ایک اہم حصہ ہے۔ اسی طرح کچھ لوگ ارتکاز توجہ کی مشق میں نقطہ بنی بھی کرتے ہیں۔ وہ دیوار پر ایک نقطہ لگا اسے دیکھتے رہتے ہیں۔ کچھ وقت اسے دیکھنے کے بعد ذہن میں سے باقی سب سوچیں نکل جاتی ہیں۔ اسی طرح کچھ صوفیاء لفظ اللہ کسی خاص رنگ میں لکھ کر اس کو دیکھتے رہتے ہیں۔

نقطہ بنی میں زیادہ تر لوگ نقطے کے کالے رنگ کے ساتھ لکھتے ہیں۔ کچھ وقت اسے توجہ سے دیکھتے رہیں تو اس نقطے یک سائیڈوں پر سفید رنگ نظر آنے لگ پڑتا ہے۔ اور اگر لگا تار دیکھتے رہیں تو وہ نقطہ پورا ہی سفید ہو جاتا ہے۔

بظاہر تو اس وجہ یہ ہوتی ہے کہ آپ جس بھی سیاہ چیز کو دیکھیں آپ کو اس کی سائیڈ پر سیاہی کے باہر سفیدی ہی نظر آتی ہے۔ مگر پورا نقطہ سفید ہونے کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ آپ کی اپنی انرٹی وہاں جمع اور فوکس ہو جاتی ہے۔ ایسی مشق میں کچھ مہارت حاصل کرنے والے دوسروں کے ذہن پر اثر انداز (انفلوئنس کر) ہو سکتا ہے۔

لیکن اگر کوئی ایسی مشق کو جاری رکھے اور اپنے ذہن کو ہر طرح کی سوچ سے خالی بھی نہ رکھے تو اس کے فوائد بھی حاصل کیے جاسکتے ہیں۔ کہ ایسی مشق میں آپ کا شعور معطل ہو جاتا ہے اور لا شعور ایکٹو ہو جاتا ہے۔ پھر لا شعور اپنی طاقت کا استعمال کرنے اور اپنی صلاحیتوں کا مظاہرہ کرنے کے لیے آزاد ہو جاتا ہے۔ ایسی کیفیت میں انسان غیب دانی کی صلاحیت بھی استعمال کر لیتا ہے یہ دراصل جاگتے میں خواب دیکھنے کی کیفیت ہوتی ہے۔

ایسی مشق سے آپ اپنی شخصیت کو بھول جاتے ہیں۔ شخصیت کی جڑیں آپ کے اندر بڑی گہری ہوتی ہیں کہ مثلاً میں قمر ہوں، قمر کو بھولنا بڑا ہی مشکل ہے۔



اس میں ہندو یوگی سادھی (گہرا مراقبہ) ذہن کے ساتھ بھی کرتے ہیں اور پھر لا ذہن کے مراقبہ کی بھی مشق کی جاتی ہے جو کہ خاصی محنت کے بعد ہی ممکن ہو سکتا ہے۔

نقطہ بنی کرنے والے بھی جب خود کو خاصی حد تک بھولنے لگ پڑتے ہیں تو پھر ان کا کائناتی ذہن (Collective Unconscious) کے ساتھ رابطہ ہونا ممکن ہو جاتا ہے۔ اور اگر ایسے انسان کی روحانی توانائی کسی حد تک جاگی ہوئی ہو تو یہ بالکل ممکن ہوتا ہے۔ اسی چیز کی مشق صوفی لا الہ الا اللہ کے ساتھ بھی کرتے ہیں جسے نفی اثبات بھی کہا جاتا ہے۔ اسے لا کی مشق بھی کہتے ہیں۔ ماضی کے بہت سے صوفیاء و صوفی شعراء بھی اسی لا کی کیفیت سے گزرے تھے۔

اسی کیفیت میں کائناتی ذہن سے رابطے کی صورت نے منصور حلاج نے عین الحق کہا گو حقیقت میں اس کے عین الحق کہنے کا مطلب یہ تھا میں کائناتی دماغ کے ساتھ رابطے میں ہوں۔ مگر الفاظ کی کمی جو ہر زبان کو آج بھی درپیش ہے کی وجہ سے اسے خدائی دعویٰ سمجھ کر اسے سولی پر لٹکا دیا گیا تھا۔

کائناتی ذہن اور چیز ہے، اور خدا تو اس سے بہت اوپر کی ذات ہے۔ بہر حال بات وہی کرنی چاہیے جو سننے والوں کے شعور کی سطح پر ہو ورنہ بیوقوفی کہلاتی ہے۔

کچھ لوگ تو یہ بھی کہتے ہیں کہ ہر ایک روحانی یا صوفی شاعر لا کی کیفیت سے گزر کر ہی پہنچتا ہوتا ہے مگر بہت سے بڑے اچھے روحانی شعراء اس کیفیت سے گزرے بغیر بھی بہت بلند یوں پر پہنچے ہیں۔ علامہ اقبال ان میں سرفہرست ہیں۔

## اپنی شناخت بنائیں

ہر ایسے انسان کو جو دنیا میں کچھ بڑا کام کرنا چاہتا ہے اور خصوصاً دوسروں کے ساتھ مل کر کوئی بھی تبدیلی لانا یا تحریک چلانا چاہتا ہے۔ اسے چاہیے کہ وہ اپنی ایک مخصوص شناخت بنائے۔ اس کے بعد اپنی عادات و سکنات کو اس شناخت کے مطابق ڈھالے۔ مثلاً آپ ایک لیڈر بننا چاہتے ہیں تو آپ کا حلیہ، آپ کا لباس آپ کی بات چیت ایسی ہو جیسی لیڈر کی ہونی چاہیے۔

خود اعتمادی لیڈر شپ کی اہم ضرورت ہے۔ پھر انیشی ایٹو (پہلا قدم اٹھانا) لینا بھی ہوتا ہے۔

کچھ مشق کے بعد ایسے شخص کے سوچنے کا طریقہ بھی خود بخود لیڈر کی طرح کا ہی بن جاتا ہے۔

ہمیں چاہیے کہ خود کو غور سے دیکھیں کہ کیا ہماری شخصیت، ہمارا لباس، ہماری بات چیت منتخب شعبہ زندگی (یا زندگی کا مقصد) کے مطابق ہے یا اس سے ٹکرا رہی ہے۔ اس میں ضروری یہ ہوتا ہے کہ لوگ آپ کو کس نظر سے دیکھ رہے ہیں۔

اپنی شناخت کو غور سے چیک کریں، ہم میں سے سب نے اپنی عجیب و غریب شناخت (I.D) بنائی ہوتی ہے۔ یہ موجودہ سیاسی، مذہبی یا سماجی کسی بھی معاملے میں ہو سکتی ہے اور اکثر مضحکہ خیز بھی ہوتی ہے۔ کچھ لوگ اسی سلسلے میں تو اپنے کسی احساس کمتری کی بنیاد پر کچھ شناخت (I.D) بنا لیتے ہیں۔ کچھ نوجوان اسی طرح اپنی ہر فن مولا، پلے بوائے (شکاری) وغیرہ قسم کی شناخت (I.D) بنا لیتے ہیں۔ بلکہ عجیب بات تو یہ ہے کہ کچھ لوگ اپنی عجیب و غریب، شناخت بنا لیتے ہیں جیسے نشی لوگ بھی اپنی ایک شناخت بنا لیتے ہیں۔ وہ اپنی نشی کے طور پر شناخت بنا لیتے



ہیں۔ وہ نشہ چھوڑنے کے قابل ہوتے ہیں مگر اسی شناخت کی وجہ سے وہ اسے نہیں چھوڑ پاتے۔  
اپنی شناخت کا تبدیل کرنا ہمیں منفی سے مثبت شخصیت دے سکتا ہے اور مثبت سے منفی  
شخصیت بھی۔ لیکن اپنی شخصیت کو چھوڑنا کچھ لوگوں کیلئے مشکل عمل ہوتا ہے کہ نامعلوم اس کے بعد  
ان کی زندگی، ان کی شخصیت کیسی ہوگی۔

آپ آج ہی بیٹھ کر غور سے دیکھیں کہ آپ نے اپنی کیا شناخت بنائی ہوئی ہے۔ اور اگر  
وہ صحیح نہیں ہے تو اسے صحیح کریں۔ سب سے ضروری یہ ہے کہ یہ شناخت آپ کے مقصد زندگی  
(Goal) سے مطابقت رکھنے والی ہونی چاہیے۔ اس سے آپ نہ صرف بہت سی چھوٹی چھوٹی  
جھنجھنوں سے بچ جائیں گے بلکہ یہ شے آپ کے مقصد کے حصول میں بڑی مددگار ثابت ہوگی۔  
لوگ آپ کے حلیے اور حرکات و سکنات سے ہی آپ کے بارے میں کوئی ابتدائی  
رائے قائم کرتے ہیں۔ اور ایک کہاوت ہے کہ

First impression is the last impression.

یہ Impression اچھا، صحیح اور مضبوط ہونا چاہیے۔

بہر حال خود کو اہم اور پر اعتماد آدمی تصور کرنا ہر آدمی کیلئے ایک بہت بہتر خیال ہے۔ اگر  
کوئی اور مقصد نہیں تو آپ کی شناخت (I.D) کم از کم ایسی ضرور ہونی چاہیے، پھر کچھ مشق کے بعد  
آپ کی شخصیت اسی سانچے میں ڈھلتی چلی جائے گی۔

آپ اس سے بچ نہیں سکتے کہ اپنی شناخت اور انفرادیت منوانا ہر آدمی کی فطرت میں  
شامل ہے۔ تکبر اور انا ہمیں ہر اس عمل پر اکساتے ہیں جس ہم دوسروں سے علیحدہ و ممتاز نظر  
آئیں۔

ہم لوگوں کی توجہ کا مرکز بننا چاہتے ہیں۔ ہم عزت بھی کروانا چاہتے ہیں یہ انسان کی  
بنیادی ضرورت تو ہے ہی مگر یہ ہماری کمزوری بھی بن جاتی ہے۔ اہم اور پر اعتماد آدمی کی طرح  
سوچنا اس لیے بھی ضروری ہے کہ سوچنا ہی ہر قسم کی تحریکات کا باعث ہوتا ہے۔ نفسیات دان یہ کہتے

ہیں۔

Watch for your thinking-Thinking produces words

Words produces action- Action produces habits

Habits creates your character- Character determines  
your destiny

ذہن دائروں میں پھرتا ہے پرانی ہر سوچ کو دہرانا اس کیلئے آسان ہوتا ہے۔ اور ہر  
ایک سوچ عادت بن جاتی ہے۔ اور بنائی جاسکتی ہے۔ اسی طرح مثبت سوچنا بھی ایک عادت بن  
جاتا ہے۔ یہی سب سے درست، فائدے مند، عقلمندانہ اور قیمتی عادت ہے۔  
اہم بات کہ پہلے آپ عادتوں کو بناتے ہیں پھر عادتیں آپ کو بناتی ہیں۔ ہم سب  
عادتوں کے غلام ہیں یہ ضروری ہے کہ آپ نئی عادتوں کو بناتے وقت تنقیدی نظر سے دیکھیں اور  
پرانی غلط عادتوں کو صحیح کریں۔



## نیند نہ آنا

مجھے بہت سے لوگوں نے نیند کم آنے یا جلدی نہ آنے کا گلہ کیا ہے۔  
اس کا جواب یہ ہے کہ اگر نیند بالکل نہ آتی ہو تو سب سے پہلے اپنی خوراک میں سے  
چائے اور کافی قسم کی چیزوں کو نکال دیں۔ انسانی جسم میں ایک ایسا مادہ ہوتا ہے جو اگر زیادہ ہو  
جائے تو نیند نہیں آ پاتی۔ چائے اور کافی اس مادے کے بننے کے عمل کو تیز کر دیتی ہے۔  
کچھ لوگ اگر سونے سے پہلے کوئی کتاب پڑھنی شروع کر دیں تو پھر انہیں جلد ہی نیند  
آ جاتی ہے۔ لیکن اگر کتاب زیادہ دلچسپ ہو تو پھر نیند بالکل نہیں آتی۔

جب میں نے اس نیند نہ آنے والی وجہ پر غور کیا تو معلوم ہوا کہ کتاب پڑھنے کے چند  
ہی منٹ میں انسان کو نیند کا پہلا جھونکا آتا ہے۔ جو ہلکا سا ہوتا ہے۔ اس کے بعد چار پانچ منٹ کے  
بعد ایک دوسرا اور زیادہ طاقتور نیند کا جھونکا آ جاتا ہے۔ اس میں انسان کو فوراً کتاب چھوڑ کر اور  
لائٹ بجھا کر سو جانا چاہیے۔ (ان پڑھ آدمی یہی مشق ٹی وی دیکھتے ہوئے بھی کر سکتا ہے) کیونکہ  
اگر آپ اس وقت بھی نہیں سوتے تو چند ہی منٹ کے بعد آپ کی نیند بالکل غائب ہو جائے گی اور  
پھر نیند کم از کم دو گھنٹہ تک نہیں آئے گی۔

اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ اس دوسرے طاقتور جھونکے کے بعد آپ بغیر محسوس کیے کھلی  
آنکھ کے ساتھ آدھے منٹ یا ایک منٹ کیلئے سو جاتے ہیں۔ سائنسدانوں نے تجربات میں دیکھا  
ہے کہ اگر آپ گاڑی چلا رہے ہیں اور آپ کو نیند آرہی ہے تو آپ اگر صرف ایک منٹ کیلئے سو  
جائیں تو آپ کی نیند کا سائیکل پورا ہو جائے گا۔ اور پھر آپ کو کئی گھنٹے بالکل نیند نہیں آئے گی۔ بستر  
میں بھی آدھے یا ایک منٹ سونے کی صورت میں آپ کی نیند کا یہ سائیکل وقتی طور پر پورا ہو جاتا  
ہے۔ اور پھر انسان کو چند گھنٹے نیند نہیں آیا کرتی۔

نیند لانے کی دوسری مشق یہ ہے کہ آپ نے یہ سوچنا ہے کہ آپ نے ساری رات بالکل  
نہیں سوتا ہے اور رات جاگ کر گزارنی ہے۔ میرے تجربے میں آیا ہے کہ ایسے سوچنے اور پریکٹس  
کرنے کے چند ہی منٹ میں انسان سو جایا کرتا ہے۔

اگر آپ روزانہ آٹھ گھنٹے سوتے ہیں اگر ایک دن آپ دو گھنٹے بھی کم سوئیں تو آپ کے  
جسم کو دوسرے دن دس گھنٹے نیند ضروری ہوگی اور آپ دوسرے دن بھی سات گھنٹے سوئیں تو  
تیسرے دن آپ کے جسم کو آرام کا سائیکل پورا کرنے کیلئے تین گھنٹے کی مزید نیند ضرورت ہوگی۔  
بہر حال نیند کے اس سائیکل کو ہر ہفتے پندرہ سے بیس منٹ کم نیند کرتے ہوئے کم کیا جا  
سکتا ہے۔ مگر عام صحت مند انسان کو چھ گھنٹے سے کم سونا اور سات گھنٹے سے زیادہ سونا غیر مناسب  
ہوتا ہے۔ جبکہ روحانی انسان تین گھنٹے روزانہ کی نیند کے ساتھ بھی صحت مند زندگی گزار سکتا ہے۔



## عالم مثال

بے شمار صوفیاء و روحانی لوگ یہ کہتے ہیں کہ اس دنیا کی طرح ایک دنیا اور پرکائنات میں بھی موجود ہے۔ اور جو بھی واقعہ دنیا میں ہوتا ہے وہ پہلے اس عالم مثال میں جنم لیتا ہے پھر اس کے بعد اس دنیا میں وقوع پذیر ہوتا ہے۔ سمجھنے کیلئے آپ اسے سوچ کی دنیا میں سمجھ سکتے ہیں۔ کہ چیزیں پہلے سوچ میں آتی ہیں پھر مادے کی شکل اختیار کر جاتی ہیں۔

بے شمار صوفیاء مراقبہ اور تصور میں عالم مثال میں جا کر مستقبل میں ہونے والے اور غیب کے واقعات کا خاصی حد تک سچائی سے اندازہ کر لیتے ہیں۔ ان صوفی بزرگوں میں خصوصاً شاہ عبدالرحیم دہلوی بھی شامل تھے۔ سوچ کی اس طاقت کے بارے میں کچھ دوسرے دانشوروں کے بھی اقوال ہیں۔ اس سلسلے میں لکھی ہوئی تاریخ میں افلاطون پہلا فرد تھا جس نے عالم مثال کی بات کی تھی۔ اس نے کہا تھا کہ اس دنیا کی طرح ہی آسمانوں پر ایک دوسری دنیا ہے جو چیز بھی زمین پر ہے اس کا عکس آسمانوں پر اس دنیا میں موجود ہے۔ بلکہ وہ چیز پہلے عالم مثال میں آتی ہے پھر وہ دنیا میں وجود میں آتی ہے۔ عالم مثال کو ماننے والوں میں حضرت علامہ قرنی علامہ سیوطی علامہ عبقلانی، حضرت امام غزالی، علامہ قرطبی اور علامہ حجر بھی ہیں۔

مولوی اسماعیل شہید دہلوی نے اپنی کتاب عبقات میں لکھا ہے کہ عالم مثال کا ایک نچلا طبقہ ایسا ہے جہاں انسانوں کے عقیدوں کی تاثیر سے خاص قسم کی صورتیں پیدا ہو جاتی ہیں۔ کوئی سا بھی کام ہو اس پر انسانوں کی ایک بڑی جماعت جمع ہو جائے اور اسے پختہ عقیدہ بنا لے خواہ بات سچی ہو یا جھوٹی۔ اس اجتماع سے عالم مثال کے نچلے طبقے میں ایک صورت پیدا ہو جاتی ہے جس کے ساتھ اس عقیدے کے ماننے والے تعلق پیدا کر کے کچھ فائدے حاصل کر سکتے ہیں۔

لیکن عالم مثال میں ایک اور پرکائنات بھی ہے جس میں حق کے سوا کوئی چیز جگہ نہیں پکڑ

سکتی۔ انبیاء اور حکمائے الہی کا تعلق اسی طبقے سے ہوتا ہے۔ بہر حال ان مثالوں سے آپ یہ اندازہ کر سکتے ہیں کہ سوچ اور عقیدے کی اندھی طاقت کے ساتھ کچھ کام بھی لیے جاسکتے ہیں۔ اور کچھ چیزیں بھی تخلیق کی جاسکتی ہیں جنہیں ماضی میں مذاہب والے دیوتا کا نام دے دیتے تھے۔ جیسے آج کل ہم بھی کسی فوت شدہ روحانی ہستی یا کسی بھی مشہور پیر کا نام دے دیتے ہیں کہ وہ زندہ ہیں۔

ایسی ہستیاں انسان کے عقیدے میں شروع شروع میں خواب میں آیا کرتی ہیں پھر بعد میں ایسے کچھ اشخاص پر یکٹس کر کے (یا ٹرانس و مراقبہ میں) انہیں جاگتے میں بھی دیکھ لیتے ہیں۔ اس کے بعد تو ایسی ہستی کے زندہ ہونے پر مہر لگ جاتی ہے کہ وہ زندہ ہیں اور ان سے تھوڑا بہت فائدہ بھی لیا جاسکتا ہے۔

میرے تجربے میں بارہا آیا ہے کہ خوابوں یا مراقبوں میں آنے والی شے یا صورت انسان کا اپنا ڈبل (جن یا ہمزاد) ہوا کرتا ہے۔ انسان جس سے بھی زیادہ متاثر ہو وہ جن یا ڈبل وہی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ وہ اندرونی جسم یا ڈبل وہ شکل و صورت اختیار کر لیتا ہے۔ اسے آپ یقین کی مدد سے کسی بھی بزرگ کی شکل میں تبدیل کر سکتے ہیں اور کوشش سے آگے اپنے کسی مرید، چیلے یا شاگرد کے خوابوں میں بھیج کر اسے بھٹکا بھی سکتے ہیں (خود اپنی طرح)۔

اسی وجہ سے ہمارے بے شمار لوگ اور عالم بھٹکے تھے اور اب بھی بھٹک رہے ہیں اور ابھی شاید کافی عرصہ بھٹکے اور اپنے معتقدین کو بھی بھٹکاتے رہیں گے۔

خواب میں آنے والی یہ شخصیت شیطان بھی ہو سکتی ہے۔ رسول پاک ﷺ نے فرمایا کہ جس نے مجھے دیکھا اس نے حق دیکھا کہ شیطان میری شکل میں نہیں آ سکتا۔

لیکن یہ حدیث آپ ﷺ نے اپنی حیات کے حوالے سے صحابہ کرام کو بتائی تھی۔ اس کا اطلاق صرف آپ کی حیات مبارکہ میں ہوتا تھا۔



## پختہ اور گہرا انسان

پختہ اور گہرے انسان کی کچھ صفات ہوتی ہیں جو کہ مندرجہ ذیل ہیں  
جو سچا اور گہرا ہو، بہت خود اعتماد ہو۔

وعدہ کرے تو پورا کرے۔

مستقل مزاج ہو۔

تعریف پر خوش نہ ہو۔ تنقید پر ناراض نہ ہو۔ دوسرے لفظوں میں اگر کمپلیکسز سے اگر پاک نہ بھی ہو تو ان سے گہرا بھی نہ ہو۔

دوسروں کی جگہ پر کھڑا ہو کر ان کی نظر سے مسائل کو دیکھ سکتا ہو۔

حالات سے نہ ڈرے یعنی کبھی ہمت نہ ہارے۔

کسی بھی چیز کو سیکھتے وقت اپنے پرانے نظریات کی عینک سے ان کو غلط طریقے یا غلط اینگل سے نہ دیکھا کرے۔

خوش رہنا جانتا ہو اور اسکے ساتھ دوسروں کو خوش رہنا بھی سکھاتا ہو۔

کسی بھی بڑے سیاسی لیڈر (یا کسی بھی لیڈر) کیلئے خود اعتمادی اور انیشی ایٹیو لینا سیکھنا ضروری چیزیں ہیں۔

مگر انسانیت کے بڑے لیڈر میں تین صفات ہونی ضروری ہیں۔

لوگوں کی نفسیات کو سمجھتا اور ان سے کام لینا اور انہیں ساتھ چلانا جانتا ہو۔ انہیں پسند کرتا ہو۔

اکانومی کی اہمیت سے واقف ہو۔ آج کل ضروری ہے کہ دنیا کی معاشیات پر نظر رکھتا

اخلاقیات (خصوصاً فطرت کے اصولوں پر بنی ہوئی اخلاقیات) سے گہری واقفیت رکھتا ہو۔ ہر اہم سوال کو کئی پہلوؤں سے دیکھنا بھی دانش مندی کہلاتا ہے مگر یہ پہلو تو بے شمار ہو سکتے ہیں مگر یہی اوپر بیان کردہ پہلو ہی اہم ہیں چوتھا پہلو ہیومنر کو لے لیں۔

یہاں مجھے افسوس کے ساتھ یہ کہنا پڑ رہا ہے کہ مجھے دنیا میں جن بھی اہم لوگوں (خصوصاً سیاسی لیڈروں) کو ملنے کا اتفاق ہوا وہ ان میں سے ایک یا زیادہ سے زیادہ دو چیزوں یعنی نفسیات اور اکانومی میں ہی مہارت رکھتے تھے۔

انسانی نفسیات میں مہارت نہ ہو تو کسی بھی گروپ کے اندر پاور پالیٹکس کو کنٹرول کرنا بڑا مشکل ہو جاتا ہے۔ عموماً سیاسی لیڈران میں کچھ نہ کچھ مہارت رکھتے ہیں۔ عام بندہ بھی انسانی نفسیات سے نا بلند ہو تو اس کی اپنے آس پاس لوگوں سے الجھنیں ہی چلتی رہتی ہیں۔

معاشیات کو سمجھے بغیر آپ کی بات میں گہرائی آ ہی نہیں سکتی۔

اخلاقیات کو نہ سمجھنے والے خود بھی غلط راستے پر ہوتے ہیں اور دوسروں کو بھی اندھیروں میں دھکیل رہے ہوتے ہیں۔ کیمونسٹ دانشور اس کی ایک عمدہ مثال ہیں۔

اور یہ تینوں چیزیں بڑی روحانی انرجی (نور) کے بغیر آنی بے حد مشکل ہیں۔

یہ بھی مت بھولیے کہ آپ ہر چیز میں ماہر نہیں ہو سکتے مگر یہ تینوں چیزیں ایک تاریخ ساز لیڈر کیلئے بہت اہم ہیں۔



## خود اعتمادی اور سپورٹس وغیرہ

عام انسان کو زندگی میں کامیابی کیلئے جس چیز کی ضرورت ہے وہ خود اعتمادی ہے۔ یہ مثبت سوچ کی بنیاد ہوتی ہے۔ جو کام بھی آپ خود اعتمادی سے کریں گے اس کی کامیابی کا امکان بہت زیادہ ہوتا ہے۔ بہ نسبت اسکے کہ وہی کام ڈر کر اور خود اعتمادی کے بغیر کیا جائے۔ عام خود اعتمادی اپنے منتخب شعبہ میں مہارت سے آتی ہے۔ زندگی میں کامیابیوں سے ملتی ہے۔ ناکامیاں اسے ختم کر دیتی ہیں۔ عام انسان اس وقت تک کوئی کام خود اعتمادی سے نہیں کر سکتا جب تک اسے اس کام کا عملی تجربہ نہ ہو۔

زیادہ جسمانی اور ذہنی توانائی کے وقت ہر انسان زیادہ خود اعتمادی کا مظاہرہ کرتا ہے۔ کم توانائی کے وقت اعتماد بھی کم ہو جاتا ہے۔ اس لیے زیادہ توانائی کے وقت اہم فیصلے اور اہم کام کیا کریں۔ اور یہ فیصلے ریلیکس رہ کر کیا کریں۔

عام انسان کے لیے صبح کا وقت زیادہ توانائی کا ہوتا ہے۔

کسی بھی کام کو کرنے سے پہلے یہ تصور کریں کہ آپ وہ کام کامیابی سے ”کر چکے ہیں“ پھر انشاء اللہ وہ کام کامیابی سے ہوگا۔ اس کے بعد بسم اللہ پڑھ کر کام کو شروع کر دیں۔ خود اعتمادی سے گزر کر ہی انسان فیتھ (یقین کامل) تک پہنچتا ہے۔

مقابلوں حتیٰ کہ سپورٹس میں بھی جو ٹیم خود اعتماد اور ریلیکس ہوتی ہے وہ جیتی ہے۔ ہماری نیشنل ٹیمز (کرکٹ، ہاکی وغیرہ) کو بھی اس اصول سے لاعلم رکھا جاتا ہے۔ جن کی وجہ سے وہ اپنی صلاحیتوں کا چالیس فیصد بھی نہیں استعمال کر پاتے۔ جبکہ مغرب میں ہر مہنگی سپورٹس میں سائیکالوجسٹ بھی ساتھ ہوتا ہے۔ بلکہ سپورٹس سائیکالوجی پر یونیورسٹیوں میں باقاعدہ شعبے بھی بنے ہوئے ہیں۔

کسی بھی مقابلے میں (جنگ وغیرہ میں بھی) اگر انسان دب جائے یا امپریس ہو جائے تو اس کی ہار کے امکانات بہت زیادہ ہو جاتے ہیں۔ قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے ”ہم نے تمہیں کفار (جنگ بدر والو) کم تعداد میں دکھائے تاکہ تمہارا دل قائم رہے اور تمہیں کفار کو (ان کی نظروں میں) زیادہ کر کے دکھایا تاکہ تمہاری دہشت رہے“

اگر ہاکی کھیلنے والا میچ سے کچھ دیر پہلے یہ تصور کر لے کہ وہ مخالف ٹیم پر گول کر چکا ہے اور وہ یہ چند ایک منٹ ذہن میں رکھے تو وہ مخالف ٹیم پر گول کرنے میں کامیاب ہو جائے گا اسی طرح کرکٹ کھیلنے والے میچ سے پہلے یہ تصور کریں کہ وہ میچ میں سنچری بنا رہے ہیں چوکے چھکے مار رہے ہیں تو وہ سنچری بنا سکتے ہیں۔

لیکن یہ تصور اہم میچوں میں بھی کریں اور جب اس تصور میں کامیابی ہو جائے تو اس کے بارے میں دوسروں کو یہ نہ بتائیں کہ وہ ایسا کرتے ہیں ان پر ڈر و شرمندگی غالب ہو جائے گی اور وہ اس میں ناکام رہیں گے۔ ایسی مشق میں آپ ہر مقابلے والے کام کشتی، باکسنگ، دوڑ وغیرہ سب میں کر سکتے ہیں۔



## خود کو کیش کروانا

سگمنڈ فرامڈ کے شاگرد اور مشہور نفسیات دان C.G. Jung نے کہا کہ انسان اپنے احساس کمتری، (کمپلیکسز) کی تکمیل میں ہی لگا رہتا ہے۔ اور اسی چکر میں شخصیت کی بنیادیں رکھتا اور انہی پر شخصیت کی عمارت تعمیر کرتا ہے۔

دنیا میں ہر شخص دوسرے کہ یہ جتانے میں مصروف ہے کہ میں تم سے بہتر ہوں۔ اگر آپ غور کریں تو معلوم ہوگا کہ تقریباً ہر شخص اس دوڑ میں مصروف ہے۔ ہر لڑکی، لڑکا اچھے اور مہنگے ڈیزائن کے کپڑے پہن کر ساتھ والوں کو جتا رہے ہیں کہ وہ ان سے بہتر ہیں۔ کوئی مہنگی کار اور بڑا گھر دکھا کر دوسروں کو جتا رہا ہے کہ بظاہر میں تم سے کم ذہین اور سمارٹ ہوں مگر دراصل تم سے زیادہ ہوشیار و چالاک ہوں۔

کوئی آرٹسٹ اپنے چاہنے والوں (فینز) کا، کوئی گلوکار اپنے شیدائیوں کا یا Intellectual اپنے لوگوں کا حلقہ بنا کر خود کو کیش کر رہا ہے۔

اسی طرح ماحول اور علاقے کی مجبوریاں اپنی جگہ پر صحت ہیں کہ پاکستان میں تھانے کچہری سے سب عوام کو اغواء کر لیا ہے۔ اور وہاں بات صرف پیسے اور تعلقات والے کی ہی سنی جاتی ہے۔ اس لیے ہر کوئی اسی وجہ سے اس دور میں اور اسی لسٹ میں شامل ہونے میں لگا ہوا ہے۔ مگر زیادہ تر لوگ اپنے کمپلیکسز کی تسلی کے لیے ہی یہ سب کچھ کرتے ہیں کہ بچپن میں چودھراہٹ یا عزت نہ ملی تو وہ اسی کمپلیکس میں رہ کر جوان ہوئے اور اب وہ اس کی کسریں پوری کر رہے ہیں۔ لیکن انہیں چاہیے کہ اس کمپلیکس کو جلد سے جلد ختم کر دیں کہ اس کا مادی فائدہ تو ایسے لوگ ہی اٹھا سکتے ہیں جو مار دھاڑ کے عادی یا فراڈیے ہوں۔

دنیاوی کاموں میں تو یہ عام سی چیز تصور ہوتی ہے مگر افسوس کا مقام یہ ہے کہ ہمارے

عالم اپنے پیروکاروں کا اور روحانی رہنما اپنے اپنے مریدین کا حلقہ بنا کر خود کو کیش کروانے میں لگے ہوئے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا قرآن پاک میں فرمان ہے کہ ”جو اپنے نیک کاموں کا بدلہ اس دنیا میں چاہتا ہے اسے اس کا بدلہ اسی دنیا میں ملے گا۔ اور جو لوگ اس کا بدلہ اخروی دنیا (روز آخرت) میں چاہتے ہیں انہیں یہ بدلہ اُسی دنیا میں ملے گا“

میری پاکستانیوں سے یہ درخواست ہے کہ وہ دین کے کاموں میں سے کچھ چیزیں تو اگلی دنیا میں کیش کروانے کے لیے رکھ دیں۔ باقی کاموں میں جتنی چودھراہٹ چاہیں کرتے پھریں۔

اور یہ بھی دیکھ لیں کہ کیا یہ دوڑ حقیقت پر مبنی ہے اور آپ کی خوشی میں اضافہ کرتی ہے یا اس میں کمی۔ کیونکہ یہی دوڑ ہماری زندگی کی بے سکونی کا بہت بڑا سبب ہے۔ حقیقت میں ہمیں بہت کم چیزوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ بہر حال بیوی کو چاہیے کہ خاوند کے نزدیک ویلو تخلیق کرے اسی طرح لیڈر کو چاہیے کہ وہ اپنے فالورز کے لیے ایسا کرے۔

ہر ایک بندہ اپنے ویلو تخلیق (Create) کر کے خود کو کیش کر داسکتا ہے۔ اس چیز کو چھپھورے یا گھٹیا سے نہیں بلکہ باوقار طریقے سے کرے۔

اس دنیا میں بڑی طاقتیں بھی چھوٹے ملکوں کی ضرورتوں، تخلیق (Create) کیا کرتی ہیں۔ خصوصاً دنیا میں جنگیں کروانا اور اپنا اسلحہ بیچنے کی ضرورت بنانا۔ ایک ملک کو کچھ ایڈوانس اسلحہ دیکر اس کے دشمن ملک کے لیے بھی مقابلے کے لیے جدید اسلحے کی ضرورت یا مجبوری تخلیق کرنا۔ پھر جدید اسلحہ دے کر اس کے سپر پارٹس کو روک لینا اور پھر ان کی مجبوریوں کا فائدہ اٹھا کر انہیں بلیک میل کرنا۔ اسی طرح پہلے بیماریاں وہاں بھیج کر پھر مہنگے داموں اس کی دوائیاں بھیجنا وغیرہ وغیرہ۔

بہر حال بات کہاں سے چلی اور کہاں تک جا پہنچی۔



## روحانی علاج کا طریقہ

خود میں روحانی طریقہ علاج (Megnetic Healing) جسے بائیو انرجی کے ساتھ ہیلنگ، روحانی علاج (Spiritual Healing) بھی کہا جاتا ہے میں عرصہ بیس سال سے مصروف ہوں۔ جاپانی طریقہ علاج جسے ریکی (Reiki) کہا جاتا ہے اسی طرز کا ہے۔ پاکستان میں بیماری کا دم کرنا اس کے خاصا قریب ہے۔ مگر میں نے اس کی مزید ایڈوانس صورتیں دریافت کیں اور کامیابی سے استعمال بھی کی ہیں۔ یہ تقریباً سب لوگ کسی نہ کسی حد تک کامیابی سے استعمال کر سکتے ہیں۔ خصوصاً عبادت و نوافل اور قرآن پاک کی تلاوت کرنے والے اگر ساتھ مثبت سوچ کے مالک بھی ہوں تو اسے بڑی کامیابی سے کر سکتے ہیں۔

عام لوگوں میں سے کوئی بیس فیصد یہ روحانی علاج کر سکتے ہیں، پھر ان میں سے ہر پانچ میں سے ایک اس کا انتہائی ماہر ہو سکتا ہے۔

عام روحانی علاج کا طریقہ یہ ہے کہ آپ نے اپنا دایاں ہاتھ بیمار زدہ عضو سے دوا نچ کے فاصلے پر رکھنا ہے۔ پھر تھوڑی دیر میں آپ یہ محسوس کریں گے کہ آپ کے ہاتھ سے گرمی نکل رہی ہے اور مریض بھی اس گرمی کو محسوس کرے گا۔ یہ گرمی جتنا وقت محسوس ہوتی رہے گی اتنا وقت ہیلنگ (دم یاری کی) جاری رکھیں۔ جب یہ گرمی محسوس ہونا بند ہو جائے تو اس کا مطلب ہے کہ مریض کے جسم میں انرجی پوری ہو چکی ہے۔ اس کے بعد آپ نے اپنے دونوں ہاتھ ٹھنڈے پانی سے دھو لینے ہیں۔

اس میں کبھی کبھی بجائے گرمی کے ہاتھ میں وابہ ریشن یا درد بھی محسوس ہو سکتا ہے۔ درد دراصل مریض کا درد ہوتا ہے۔ اس مطلب یہ ہے کہ انرجی صحیح ٹرانسفر ہو رہی ہے۔

کبھی کبھی مریض کو اپنے تکلیف زدہ حصے میں چیونٹیاں سی چلتی محسوس ہوتی ہیں جو کہ علاج کی مضبوط ترین صورت ہوتی ہے۔ کبھی کبھی معالج یا مریض کو کچھ بھی محسوس نہیں ہوتا مگر اکثر

یہ مریض بھی ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

مریض اکثر اسی وقت صحیح ہو سکتا ہے مگر کچھ مریض سو کر اٹھنے کے بعد اور کچھ اگلے چند دنوں کے اندر اندر ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ صحت مندی کے بہترین نتائج زیادہ روحانی انرجی رکھنے والے دے سکتے ہیں اور زیادہ ذکر، تلاوت قرآن پاک، عبادت و نوافل سے انرجی کو بہت بڑھایا جاسکتا ہے ایسا کرنے سے پہلے روحانی انرجی آپ کے جسم میں بھرتی ہے پھر آپ اسے دوسروں کو دے سکتے ہیں۔ قرآن پاک میں آتا ہے کہ ”اور ہم قرآن کے ذریعے سے وہ چیز نازل کرتے ہیں جو مومنوں کیلئے شفاء اور رحمت ہے اور ظالموں کے حق میں تو اس سے نقصان بڑھتا ہے“ (سورۃ بنی اسرائیل - آیت ۸۲)۔ قرآن پاک کے پڑھنے سے یہ انرجی ہر آدمی میں پیدا ہو سکتی ہے اور پھر آپ کا فیتھ جتنا مضبوط ہوگا اس انرجی کی پشت پر رہے گا اور جتنا فیتھ ہوگا اتنے ہی اچھے نتائج ملیں گے۔ خود روحانی معالج میں بیماریوں، بھوک، گرمی و سردی کے خلاف مدافعت عام لوگوں سے خاصی زیادہ ہوتی ہے دراصل اس کے جسم میں موجود یہی انرجی اس میں مدد دیتی ہے۔

جو لوگ ہیلنگ (دم یاری کی) کرنا چاہتے ہیں انہیں چاہیے کہ ہیلنگ کرتے وقت ابار سورۃ فاتحہ بمعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھیں اور اول و آخر تین بار درود ابراہیمی پڑھیں۔ اس کو پڑھنے کے بعد مریض کے متاثرہ حصے پر پھونک ماریں۔

اس طریقے سے نتائج بغیر پڑھے علاج کرنے سے بہت زیادہ بہتر اور دیر پا ہوتے ہیں۔ اس عمل کو زیادہ مضبوط کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ پہلے آپ نے ایک ہفتے اسے پڑھ کر پانی پر پھونک کر پینا ہے پھر دوسروں کا علاج شروع کر دینا ہے۔

روحانی علاج میں بہتر طریقہ یہ ہے کہ شروع میں چند بار کسی کی چھوٹی چھوٹی بیماریوں جیسے سردی، وقتی پاؤں یا گھٹنے کی چوٹ وغیرہ پر اسے استعمال کریں۔ پھر بڑی اور لا علاج بیماریوں کی طرف آئیں۔

شروع میں چھوٹی چیزوں سے شروع کرنا اس عمل (Channel) کو کھولتا ہے۔ پھر



اس میں روحانی انرجی بڑھتی چلی جاتی ہے۔

اس میں جتنی بھی یقین کی طاقت ہوگی اتنے ہی بہتر نتائج ملیں گے۔ صرف یقین کی طاقت اکثر علاج کیلئے کافی نہیں ہوتی۔ مگر روحانی علاج کی صلاحیت کے ساتھ اگر یہ طاقت معالج میں موجود ہو تو ہر بیماری کا علاج کیا جاسکتا ہے۔

کچھ عرصہ کامیابی سے روحانی علاج کرنے کے بعد آپ فاصلے سے بھی مریضوں کا روحانی علاج کر سکتے ہیں۔ پاکستان میں جو لوگ دم کرتے ہیں وہ صرف کچھ مخصوص مریضوں کا دم کیا کرتے ہیں دراصل یہ وہی انرجی ہوتی ہے۔

جاپانی طریقہ علاج ریکی میں کسی بھی مرض کا تقریباً کئی مہینے اسی طرح علاج کیا جاتا ہے پھر علاج مکمل ہوتا ہے۔ مگر اوپر بتایا گیا طریقہ علاج ایک بار ہی کافی ہوتا ہے۔ صرف لا علاج قسم کی بیماریوں میں تین بار ہیملنگ کی جاتی ہے۔

اس میں ایک زیادہ بہتر صورت پانی میں انرجی پھونک کر دینے کی ہے۔ خود میں اس طریقے کو استعمال کرتا ہوں اس میں پانی کے برتن یا بوتل کو ہاتھ میں پکڑ کر آپ نے اوپر بیان کردہ سورۃ فاتحہ بمعہ بسم اللہ اول و آخر تین بار درود ابراہیمی کے بعد ڈیڑھ دو لیٹر یا پانچ لیٹر پانی پر پھونک کر دینی ہے۔ یہ پانی مریض میں دن میں تین بار آدھی چائے کی پیالی پینا ہے۔

جب بوتل دو تہائی ختم ہو جائے تو اسے دوبارہ بھرنا ہے۔ بھرنے کا یہ عمل دوبارہ دہرانا ہے تیسری بار بوتل ختم کر دینی ہے۔ جادو یا اسی طرح کے وہم میں مبتلا لوگوں کو یہ چالیس دنوں تک ہر دفعہ پھر سے بھر کر پینے کا مشورہ ہے۔

پانی پر دم کرنے کی صورت میں آپ کی روحانی توانائی کم استعمال ہوتی ہے۔ ورنہ کچھ مریض زیادہ توانائی کھینچ لیتے اور معالج کو شام یا دوسرے دن تک کمزوری محسوس ہوتی ہے۔ اگر اتفاقاً ایسا ہو جائے تو خود پر خصوصاً۔ نئے سر پر دم کر کے معالج انرجی پوری کر سکتا ہے۔ روحانی معالج بیماری کی صورت میں خود پر بھی دم کر سکتا ہے۔ بیماری کی صورت میں رسول پاک صلی اللہ

علیہ وآلہ وسلم بھی خود پر اسی طرح دم کیا کرتے تھے۔ اس سے بھی صحت ہو جائے گیا اس سے کمزوری محسوس کرنے کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ آپ نے اپنے جسم کے محفوظ ذخائر کی توانائی استعمال کر لی ہوتی ہے۔ جبکہ قرآنی آیات کے ساتھ علاج میں آپ قرآنی توانائی کو استعمال کر سکتے ہیں۔ جس سے اپنی توانائی خرچ نہیں ہوتی۔ میں نے اپنے ایک دوست اقبال صاحب (شگیت الیکٹرونکس چکوال) کو یہ دم دیا اور کہا کہ وہ بیماروں پر اسے پڑھ کر دم کیا کریں۔ اقبال صاحب کے ساتھ 2006ء میں پھر کوئی تین ماہ کے بعد پاکستان واپسی کے بعد ملاقات ہوئی تو مجھے مل کر بڑے ہنسے اور پھر بتانے لگے ”آپ کا یہ دم مجھے ملا تو میں نے نیم دلی کے ساتھ ایک دو مریضوں پر کیا کہ جو شے بھی آسانی سے مل جائے اس کی قدر اسی طرح ہوتی ہے۔ پھر رمضان المبارک آگیا، میں نے 27 ویں رمضان کی رات بڑی دیر تک قرآن پاک پڑھنے کی دعا کی کہ اللہ تعالیٰ مجھے مریضوں کا دم بتا دو۔ پھر رات کو سویا تو خواب میں یہی گیارہ بار سورۃ الفاتحہ آئی۔ اب میں پورے یقین کے ساتھ اس کا دم کرتا ہوں۔“

اقبال صاحب سے میں کہا ہر بیماری کی دوا تو آپ کو مل چکی ہے اب اس پر یقین (فیتھ) رکھنا آپ کا کام ہے۔ یقین کے ساتھ دم کیا تو انشاء اللہ ہر بیماری اور ہر مریض صحت یاب ہوگا۔

اس واقعہ سے ہمیں یہ بھی سبق ملتا ہے کہ صوفیاء اپنے شاگردوں کو کچھ چیزیں اسی وجہ سے کیوں محنت کے بعد ہی دیا کرتے تھے کہ آسانی سے مل جانے والی چیز کی قدر بہت کم ہی لوگ کرتے ہیں۔

زیادہ علاج کرنے والے ہفتے میں ایک دن سورۃ فاتحہ اور دوسری علاج والی سورتوں کو پڑھتے وقت زمین وغیرہ سے توانائی لیا کریں۔

اکمیں آپ نے اپنے ہاتھ زمین پر (یا چھت کے فرش پر جہاں بھی آپ ہیں) رکھ کر یہ تصور کرنا ہے کہ زمین سے چاندنی کی طرح کا سفید نور آ کر آپ کے ہاتھوں میں داخل ہو رہا ہے



پھر آپ کے کندھوں سے ہوتا ہوا آپ کے سینے اور پیٹ کے درمیان اور ناف کے نیچے جمع ہو رہا ہے۔ یہ عمل آپ نے کوئی دس پندرہ منٹ کرنا ہے۔ پھر اسے جمع کر کے تصور کے ساتھ اسے لفافے کی طرح بند کر لینا ہے۔ اس میں آپ نیلے رنگ کی روشنی اور سنہری رنگ کی روشنی کا بھی تصور کر سکتے ہیں۔ بلکہ مختلف رنگوں کا بھی تصور ہو سکتا ہے مگر سفید رنگ کی روشنی میں یہ سب رنگ موجود ہوتے ہیں۔ مختلف رنگوں کا اثر اور تاثیر مختلف ہوتی ہے۔ آپ اسی طرح دو ہفتے میں ایک بار ہوا وغیرہ سے بھی اسی طرح مختلف قسم کا نور لے سکتے ہیں۔

اس کا اصول یہ ہے کہ آپ جو بھی تصور کرتے ہیں وہ چیز تخلیق ہونا شروع ہو جاتی ہے بلکہ کچھ روحانی ترقی کے بعد آپ ایٹھر میں (یہ بھی نور کی ایک قسم ہوتی ہے) کافی کچھ تخلیق کر سکتے ہیں۔

ویسے عام لوگ زمین، آگ، پانی اور ہوا (Earth, Fire, Water, & Air) چاروں مادوں کو ہی دنیا میں موجود ہر چیز سمجھتے تھے۔ پھر انہیں معلوم ہوا کہ اس کے علاوہ ایک پانچواں نظر نہ آنے والا مادہ بھی موجود ہے۔ جسے انہوں نے ایٹھر کا نام دیا۔ عام لوگوں میں آپ اسے ایک قسم کا نور کہہ سکتے ہیں۔ نور کی اور بھی خاصی قسمیں ہیں۔

پاکستان میں آج کل عام طور پر یہ خیال کیا جا رہا ہے کہ ریکی جو کہ جاپانی روحانی طریقہ علاج ہے کوئی منفرد طریقہ علاج ہے۔ حالانکہ اس کی بنیاد بھی یقین ہی ہے۔ جیسے ہمارے ہاں پیر حضرات نقش وغیرہ بیماریوں کے علاج کیلئے دیتے ہیں اسی طرح ریکی میں علاج کرنے کے لیے Symbols (نقش) وغیرہ دیئے جاتے ہیں۔ جنہیں ریکی معالج (ہیلر) مریض کے متاثرہ حصے پر ہاتھ رکھ کر یا کسی کھانے، پینے والی چیز یا دور سے علاج کرتے وقت اس کی تصویر (Symbols) بار بار ذہن میں کچھ منٹوں کے لئے دہراتا رہتا ہے۔ اور اسکو سیکھنے کا طریقہ یہ بتایا جاتا ہے کہ آپ کو اگر ہیلر بننا ہے تو Attunement لینا ضروری ہے اور کوئی بھی ہیلر بغیر Attunement لیے ہیلر (معالج) کبھی نہیں بن سکتا۔ اور اگر کوئی بغیر Attunement کسی

کا بھی علاج کرے گا تو وہ خود بیمار ہو جائے گا۔ جب کہ میری رائے یہ ہے کہ آپ یقین سے کسی کا بھی علاج کریں تو وہ یقیناً ٹھیک ہو جائے گا اس کو کسی بھی Attunement کی ہرگز ضرورت نہیں ہے اور نہ ہی وہ بغیر Attunement کے بیمار ہوگا۔ یہ جو ریکی ماسٹر حضرات کہتے ہیں کہ بغیر Attunement لئے ہیلنگ کرنے سے نقصان ضرور ہوگا۔ یہ لوگ صرف نفسیاتی خوف لوگوں کے ذہن میں ڈالتے ہیں اگر یہ ایسا نہ کریں تو پھر ان کے پاس کون آئے گا۔

یقین مانئے کہ اگر آپ بغیر Attunement لیے بے خوف ہو کر کسی کی ہیلنگ کریں تو آپ کو کوئی نقصان نہیں ہوگا۔

میری نہ صرف خود ریکی کے بارے میں حتمی رائے یہی ہے بلکہ میں ایک پروفیشنل ریکی گرینڈ ماسٹر سے ملا جو سالوں سے ریکی کے ذریعے علاج کر رہا ہے اور سکھا بھی رہا ہے۔ اور اس نے مختلف ریکی سسٹمز کی ماسٹر Attunements بھی سیکھی ہوئی ہے اس نے بھی اپنے سالوں کے تجربات سے حتمی نتائج وہی اخذ کیے ہیں جن پر میں پہنچا ہوں اور اس نے مزید کہا کہ ریکی سسٹم کے ذریعے پڑھے لکھے لوگوں کو بالکل اسی طرح بے وقوف بنایا جاتا ہے۔ جس طرح ان پڑھ سادہ لوح لوگوں کو پاکستانی کلچر میں نام نہاد پیروں نے تعویذ گنڈوں وغیرہ سے بیوقوف بنایا ہے۔ اس کے علاوہ انہوں نے افسوس کے ساتھ یہ بھی کہا کہ اگر لوگوں کی ریکی کی حقیقت سے متعلق پہلے ہی مکمل طور پر آگاہ کر بھی دیا جائے سب بھی ان میں سے اکثریت کو پیسے اور وقت ضائع کرنے کے بعد ہی عقل آتی ہے۔

پہلے ایسے گرینڈ ماسٹر وغیرہ کراچی، لاہور میں سرگرم تھے اسکے بعد پورے ملک میں پھیل گئے اور ایک معمولی سا کورس کرانے کے لیے ہزاروں روپے اور اگر ماسٹر شپ کورس کیا جائے تو اس کی فیس لاکھوں میں بنتی ہے۔

یہی چیز میں نے اسی باب میں آپ کو بیان کر دی ہے جو آپ کو اس ماسٹر شپ کورس سے بھی کئی گنا زیادہ بہتر نتائج دے گی۔ (خصوصاً اگلا باب اسی شعبے سے متعلق ہے)



درحقیقت میڈیا کا بھی یہ فرض بنتا ہے کہ صرف پیسوں کی غرض سے ہر غیر معیاری چیز پرنٹ یا ٹیلی کاسٹ نہ کریں بلکہ پوری تحقیق کر کے صحیح اور معیاری قسم کے پروگرامز پیش کیے جائیں اور عوام کو گمراہی سے بچانے میں اپنا کردار ادا کریں نہ کہ عوام کو گمراہی کے اندھیروں میں دھکیلیں۔ عوام کو بھی کم از کم اتنا شعور ضرور ہونا چاہیے کہ وہ اچھے اور برے کی تمیز کر سکیں۔ صرف کہہ دینے سے کوئی چیز واقعی ایسی نہیں ہو جاتی۔ آپ ری کی کو ویسٹرن دم سمجھ لیں یہ سب سے اچھی ری کی کی تعریف ہے۔

اسلام ایک مکمل دین ہے، اس میں کوئی چیز مخفی نہیں ہے۔ یقین کیجئے کہ قرآنی آیات کے ذریعے یقین کے ساتھ علاج کرنے سے آپ کے مطلوبہ نتائج جلد اور دیر پا حاصل ہوں گے۔ کیونکہ قرآنی آیات کے مقابل کوئی چیز بھی نہیں۔ بیشک آپ تجربہ کر کے دیکھ لیں۔

### جادو کا علاج:

میرے مشاہدے میں آیا ہے کہ پاکستان میں موجود لوگوں کی بہت بڑی تعداد خود کو جادو کا شکار سمجھتی ہے۔ برسوں کی روحانیت میں زندگی میں ایسے ہزاروں لوگوں سے سابقہ پڑا جن پر جادو ہوا تھا۔ میری اس معاملے میں تحقیق یہ کہتی ہے کہ ان میں سے نوے فیصد وہم کے شکار تھے۔ باقی پانچ فیصد کو ان کا ضمیر ان کے ماضی کے غلط کرتوتوں کی وجہ سے ملامت کر رہا تھا۔ باقی کوئی تین فیصد کو کسی کی بددعا لگی تھی۔ ضمیر کی ملامت والے بھی اکثر بددعا کا شکار ہوتے ہیں کہ بددعا سے ہی لگتی ہے جو ظالم ہو۔ پنجابی میں مظلوم کی اس بددعا کو ”ہا“ کہتے ہیں۔

جادو کی کچھ نہ کچھ حقیقت تو ہوتی ہے۔ بنیادی طور پر یہ سب ذہن کی طاقت ہوتی ہے۔ لیکن اس کا اثر اتنے دن ہی رہتا ہے۔ جتنے دن کوئی جادو کرنے والا کچھ پڑھائی وغیرہ کرنے میں لگا ہو۔ اتنے دنوں میں اس شکار کا کچھ نقصان ہو سکتا ہے لیکن اگر دل میں وہم بیٹھ جائے تو پھر جتنا عرصہ یہ وہم رہتا ہے اس شخص کا بیڑا غرق ہی سمجھیں۔ گو جادو کرنے والا مکافات عمل کے اصول کی وجہ سے اپنی سزا بھگتتا ہے۔ وہ کبھی خوش نہیں رہتا۔ بہر حال جادو سے بچنے کی سب سے

بڑی ترکیب یہ ہے کہ اسے (صحیح قرآن کے ماننے والے کی طرح) ہی مانا ہی نہ جائے۔ جیسے اہلحدیث کا عقیدہ یہ ہے کہ بیشک حضور ﷺ پر جادو ہوا تھا مگر اسی وقت اس کا علاج اللہ تعالیٰ نے بذریعہ وحی سورۃ الفلق اور سورۃ الناس کی صورت میں بتا دیا۔ اب جو اسے پوری زندگی پڑھے گا اس پر کسی صورت جادو نہیں ہو سکتا۔

عام لوگ صبح و شام تین تین بار پڑھ لیں تو جادو سے بچے رہیں گے۔ جن کو خود پر جادو ہونے کا خیال ہو یہی سورتیں سو سو بار صبح اور شام پڑھ کر پانی پر پھونک کر پانی پی لیا جائے۔ پھر ایک علاج اور یہ بھی ہے کہ ساٹھ بار درود ابراہیمی اور ڈیڑھ سو بار آیت الکرسی ایک جگہ ایک وقت پر چالیس دن تک پڑھی جائیں تو ہفتے کے اندر اندر جادو الٹا کرنے والے کی طرف چل پڑتا ہے۔ جادو کے توڑ کا یہ بڑا مستند طریقہ ہے۔

مگر سب سے اہم بات یہ ہے کہ جادو کا علاج لوگ باہر ڈھونڈتے ہیں وہ سمجھتے ہیں کہ اگر ان کا مالی مسئلہ حل ہو جائے تو وہ ٹھیک ہو جائیں گے۔ یا انہیں چلا چلایا کوئی کاروبار مل جائے تو ان کے مسائل حل ہو جائیں گے۔

یہ لوگ دراصل اپنے مسئلے کا حل باہر ڈھونڈ رہے ہیں۔ حالانکہ مسئلے کا حل ان کے اندر موجود ہے۔ یہ لوگ اپنے اندر سے تبدیلی کریں اور بے یقینی ختم کر کے اپنے اندر یقین کو جگائیں، مثبت سوچ رکھیں۔

اور پھر چند ہی دنوں میں ہر قسم کا جادو اور ہر قسم کے مسائل کا خاتمہ ہو جائے گا۔

میں اپنے بڑے لمبے عرصے کے ان معاملات کے تجربات و مشاہدات کے بعد مثبت اور پر امید کی سوچ (Optimistic Thinking) کے خاتمے کو جادو کی علامت اور اثر مانتا ہوں اور ایسے لوگوں میں (Optimistic) سوچ کے بحال ہونے کو جادو کا خاتمہ سمجھتا ہوں۔ یہ ہی اس معاملے میں اہم ترین بات اور اس کا مکمل علاج ہے۔



## دعا کی قبولیت کیوں نہیں ہوتی

جو بھی دعا کی جائے اگر یقین (فیثہ) کے ساتھ کی جائے ضرور قبول ہوتی ہے۔ مگر زیادہ تر لوگوں میں اپنے اندر الٹا یقین بٹھایا ہوتا ہے کہ ان کی کوئی دعا قبول نہیں ہوتی حالانکہ یہ یقین کی الٹی طرف ہے اور اتنی ہی مضبوط ہے جتنی کہ سیدھی طرف۔ اسے قدم بقدم صحیح کریں۔ دعا قبول نہ ہونے کی وجہ یہ بھی ہوتی ہے کہ اللہ نے آپ کو بڑی چیز مستقبل میں دینی ہے یا پھر مناسب وقت پر قبول ہوگی وغیرہ۔ اللہ کو کچھ وقت تو دیں۔ اور ایک وجہ یہ بھی ہوتی ہے کہ اللہ تعالیٰ قرآن پاک میں فرماتا ہے کہ اگر اللہ اپنے بندوں کیلئے رزق میں فراوانی کر دیتا ہے تو وہ زمین میں فساد کرنے لگتے ہیں وہ جس قدر چاہتا ہے اندازے سے نازل کرتا ہے بے شک وہ اپنے بندوں کو دیکھتا جانتا ہے۔ (سورۃ الشوریٰ - آیت ۲۷)۔

مگر کچھ لوگ ایسے بھی ملے جن کی دعائیں دوسروں کے بارے میں تو قبول ہوتی تھیں اپنے بارے میں نہیں۔ اس کی وجہ محض ان کی لاجک تھی۔ ان کی سوچ کو آس پاس کے حالات نے ہپناٹا کر رکھا تھا کہ موجودہ حالات میں تو بہتری کی کوئی صورت نہیں ہے۔ وہ لاجک چھوڑیں تو ان کی بھی ہر دعا قبول ہوگی۔ اپنے بارے میں کچھ لوگ سامنے موجود رشتے داروں وغیرہ پر اپنی دعا کا اثر دیکھتے رہتے ہیں۔ انہیں چاہیے کہ ایسا نہ کریں اور ان کے حالات دیکھ کر اپنی لاجک نہ لڑائیں وہ ایسا کرنا چھوڑ دیں تو تھوڑے ہی عرصے میں وہ قریبی رشتہ دار بھی ترقی کرنے لگ پڑیں گے۔ یہ رشتہ دار آپ کے بیٹے وغیرہ بھی ہو سکتے ہیں۔ سب سے اہم بات یہ ہے کہ ہر انسان میں طاقت و راہ و کمزور دونوں شخصیتیں ہوتی ہیں انہیں وراور لوزرز بھی کہتے ہیں آپ جو بھی دعا و نذر کی کیفیت میں کریں گے وہ انشاء اللہ ضرور قبول ہوگی اس کے کرنے کا طریقہ اس طرح ہے کہ دعا کرنے سے پہلے آپ نے مٹھی بھینچ کر یہ جوش لانا ہے کہ میں و نذر ہوں کہ میں زمین پر اللہ کا نائب

ہوں میں و نذر ہوں بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھ کر آپ نے وہ دعا بمعہ درود شریف پڑھنی ہے اس کیفیت میں کی گئی ہر دعا بفضل خدا ضرور قبول ہوگی۔ ساتھ ایک چیز ضروری ہے کہ آپ کبھی یہ دعویٰ نہ کریں کہ آپ کی دعا ضرور قبول ہوتی ہے ورنہ دعا قبول نہ ہونے کی صورت میں شرمندگی ہونے کا ڈر غالب آجاتا ہے اور انسان اس عجیب سی کشمکش میں مبتلا ہو کر اپنا یقین کمزور کر لیتا ہے اسلئے یہ کہا جائے کہ اللہ عزت رکھ لیتا ہے تو بہت بہتر رہتا ہے۔

اور پھر قبول دعا کیلئے یہ کہا جائے کہ انشاء اللہ قبول ہو جائے گی تو پھر جیسے یہ اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری ہو جاتی ہے آپ کی نہیں۔

قرآن پاک میں ہے کہ جو ڈرے اللہ سے، اللہ اس کے لیے کافی ہے اور اسے روزی دے اس طرح سے جو اس کے گمان میں بھی نہ ہو۔ (آیت ۲ سورۃ الطلاق)۔



## روحانی علاج کی بہتر اور ایڈوانس صورتیں

کچھ کامیاب روحانی علاجوں کے بعد آپ نے اپنے دائیں ہاتھ کی ہتھیلی پر ٹینس یا ہاکی کی گیند کے برابر نور کا ایک بال تصور کرنا ہے۔ یہ بال آپ نے اپنے ہاتھ پر محسوس کرنا ہے چاہے آپ کا تصور اس پر بیٹھے یا نہیں مگر اس طرح سوچنے سے وہ بال تخلیق ہو جاتا ہے۔ اسے کوئی پانچ منٹ آپ نے ہتھیلی پر تصور کرنا ہے۔

یہ مشق آپ نے کوئی دو ہفتے کرنی ہے پھر آپ اس بال کو فاصلے پر جو بھی بیمار ہو سوچ کے ساتھ اسے بیمار زدہ حصے میں بھیجیں پھر یہ تصور کریں کہ وہ اس میں داخل ہو گیا ہے۔ اور بیمار زدہ حصوں میں اس کا نور بھرتا جا رہا ہے اور بیماری جسم سے دھوئیں یا کسی بھی طرح کی شکل میں نکل رہی ہے۔ جوں جوں بیماری نکل رہی ہے نور وہاں بھرتا جا رہا ہے۔

اس کے بعد وہ نور وہاں ہی رہے گا مگر آپ نے اس نورانی گولے کو فضاء میں تحلیل کر دینا ہے آپ اس گولے کو جب جسم سے نکالیں تو یہ دھندلا اور بیماری کے مواد (گندے دھوئیں کی صورت میں) کو ساتھ لیکر نکلے تو زیادہ بہتر ہوگا۔

اسی طرح روحانی علاج میں کچھ کامیابیوں کے بعد آپ نے یہ تصور کرنا ہے کہ آپ جب بیمار حصے کو انرجی دے رہے ہیں تو غیب سے بھی نور کا ایک گولا جسم کے اندر متاثرہ حصوں کو ٹھیک کر رہا ہے۔ یہ بیمار حصوں کی صفائی بھی کرے گا اس میں اگر کہیں خراب مواد (بلغم، پیپ وغیرہ) جمع ہو تو آپ نے یہ تصور کرنا ہے کہ یہ گولا اس کی صفائی کر رہا ہے۔ اسے کھینچ رہا ہے اور اسے عضو کے درمیان کے حصے میں جمع کر رہا ہے۔ جہاں سے یہ پیشاب وغیرہ کے راستے نکل جائے گا۔

جسم میں بیمار اعضاء کی تصویر آپ چاہیں ایکسرے وغیرہ کی مدد لیکر بنالیں یا اپنے

آئینہ وغیرہ کی مدد سے یہ گولا جو آپ ایتھر (امراہی) کی مدد سے تخلیق کرتے ہیں وہ یہ کام با آسانی کر سکتا ہے۔

بعد میں کچھ کامیابیوں کے بعد آپ ایک کے بجائے دو گولوں سے کام لے سکتے ہیں۔ یہ دو گولے اگر کہیں ہڈی اور ریڑھ کے مہرے وغیرہ بھی اگر خراب یا ڈی فارم (De-farm) ہو چکے ہوں تو یہ جسم کے اندر جا کر اس ہڈی کو دبا کر جوڑنے کا تصور کریں۔ وہ ہڈی بڑی جلدی صحیح شکل میں آکر جو جائے گی۔ کچھ لوگ تصور میں ایک نوری ہاتھ کو ٹوٹی ہوئی ہڈیاں جوڑے تصور کر سکتے ہیں۔

کچھ لوگ ٹوٹی ہوئی ہڈی کو چند سیکنڈ کے اندر اندر دوبارہ بالکل صحیح طریقے سے جوڑ سکتے ہیں۔ انڈونیشیا میں کچھ مسلمان روحانی اس کے ماہر ہیں۔



## کون سے ورد واذکار کریں؟

ورد واذکار اور قرآن پاک کی تلاوت میں بھی فرق ہوتا ہے۔ تلاوت قرآن پاک آپ جتنی چاہیں کر سکتے ہیں مگر ورد واذکار آپ نے مناسب مقدار اور مناسب وقت پر کرنے ہیں۔ ہر آدمی اگر ایک گھنٹہ سورۃ البقرہ یا سورۃ یٰسین (یا قرآن پاک ترتیب سے) پڑھ لے تو یہ کافی ہے۔ کوئی صحیح ورد کم از کم ایک گھنٹے تک کرنا روحانی ترقی کیلئے نہایت موزوں ہے۔ دن میں دو چار بار بھی ایسے کیا جاسکتا ہے۔

دروود ابراہیمی بھی آپ روزانہ ایک گھنٹے تک پڑھ سکتے ہیں اس میں اگر آپ ہر دفعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم ساتھ مکمل درود ابراہیمی کے ساتھ پڑھیں تو مزید برکت ہوگی۔ آپ نے جتنے وقت بھی درود ابراہیمی بمعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھنا ہے اس سے آدھی تعداد میں بغیر بسم اللہ کے پڑھ لیں تو زیادہ مناسب ہوتا ہے۔ اتنی ہی بار بغیر بسم اللہ درود شریف پڑھنا بھی بہتر ہوتا ہے۔

بمعہ بسم اللہ درود شریف اکیلے بیٹھ کر پڑھیں اور بغیر بسم اللہ شریف کے آپ لوگوں میں بیٹھ کر بھی پڑھ سکتے ہیں۔ ہو سکے تو درود شریف چلتے پھرتے وقت بھی پڑھ لیا کریں۔

دروود شریف ایک گھنٹے روزانہ مخصوص وقت پر پڑھ لیا کریں۔

دروود ابراہیمی خود اعتمادی اور اندرونی طاقت کیلئے بہترین ورد ہے۔ پھر یہ مالی برکت اور مالی حفاظت کیلئے بہت اچھا ہے۔

لا الہ اللہ کا ورد روحانی ترقی میں بڑا مددگار ہوتا ہے ہر تسبیح کے مکمل ہونے پر ساتھ محمد رسول اللہ پڑھ لیا کریں (یہ کبھی کبھی مزاج میں گرمی پیدا کرتا ہے مالی معاملات میں کمزور لوگوں کو احتیاط سے پڑھنا چاہیے) اگر گرمی ہو جائے تو ساتھ درود شریف شام کو پڑھ لیا کریں اس کی تاثیر ٹھنڈی ہوتی ہے۔

آیت الکرسی روحانی ترقی کی بہترین آیت ہے۔

سورۃ الفاتحہ کا ورد بھی ایک گھنٹہ روزانہ نہایت بہترین ورد ہے۔

سورۃ الاخلاص کو ایک گھنٹہ تک پڑھنا بڑے اچھے نتائج دیتا ہے۔ سورۃ الاخلاص کا مادی و مالی برکت پر بڑا مثبت اثر ہوتا ہے۔

نماز میں تمام افضل ترین ذکر جمع کر دیئے گئے ہیں۔ ان میں سے کسی کو بھی آپ ورد بنا سکتے ہیں۔ زیادہ محتاط ہیں تو آپ پہلے اس کا استخارہ کر لیں کہ یہ آپ کیلئے اس وقت مفید ہے یا نہیں۔

ہر روز بسم اللہ الرحمن الرحیم ایک تسبیح پڑھ لیں کسی بھی آیت کے ساتھ اس کا پڑھنا اس آیت کی تاثیر کو تبدیل اور اکثر بہت طاقتور کر دیتا ہے۔

تیسرا کلمہ بہت مضبوط ورد ہے مگر یہ دوسرے تمام اذکار کا اثر ختم کر دیتا ہے۔ اس کا زیادہ ورد سوچ سمجھ کر کریں یہ ورد کرنے والوں کی طبیعت میں گرمی اور غصہ بھی پیدا کر سکتا ہے۔ یہ اپنی چیزیں گہری کرتا اور دوسرے ورد واذکار کو ختم بھی کر دیتا ہے۔

سورۃ المزمل کا ورد بھی طاقتور ہے لیکن اس کا اثر بھی گرم ہوتا ہے۔ اسے ایک بار شروع کریں پھر 41 تک جتنی بار بھی ہو پڑھ لیا کریں۔ لیکن یہ شروع میں اپنے پڑھنے والوں کو کنگال کر سکتا ہے۔ مجھے اس سے متعلقہ ایک واقعہ یاد رہیگا۔

مجھے چکوال میں ایک سبزی بیچنے والا ان پڑھ نو جوان ملا جو پاکستان میں ایک بڑی گدی کا مرید تھا وہ اس کیلئے دو دو سو میل پیدل چل کر اس عرس پر جایا کرتا تھا۔ اور اب بھی جاتا ہے۔ اس نے سورۃ المزمل کا ورد شروع کیا اس نے یہ ایک بار سے شروع کیا اور 41 بار تک لے گیا۔ وہ بتاتا ہے کہ اس سے اس کو اتنی گرمی لگتی تھی کہ وہ پوہ ماہ (دسمبر، جنوری) کی سردی میں چکوال کھلی چھت پر چڑھ کر ورد کرتا تھا۔ (اس موسم میں اسلام آباد کی طرف رات کو ٹمپیرچر صفر ڈگری سے بھی نیچے چلا جاتا ہے) یہ وہ ورد بڑھاتا گیا پھر نوبت یہ آجاتی تھی کہ وہ سویرا تار دیتا تھا۔ پھر وہ قمیض اور بنیان



بھی اتار دیتا تھا پھر اس سردی میں شلواری بھی پانچوں تک اوپر اٹھانا پڑتا تھا۔ پھر بھی اس کا جسم پسینے سے شرابور ہو جایا کرتا تھا۔

اس کے بعد وہ یہ ورد غالباً 11 مرتبہ روزانہ کرتا رہا۔

اس نے بہت سے بیماروں کا کامیابی سے علاج کیا جس میں اس کے مطابق اس کے پاس آنے والے شوگر کے آدھے مریض بھی صحت مند ہو گئے بہر حال پتہ چلا کہ وہ جھوٹ نہیں بولتا ہے وہ اسے گدی کا فیض سمجھتا تھا۔ جبکہ میں اسے سورۃ المزمل کا فیض سمجھتا ہوں۔

میں نے اس سے شروع میں سورۃ المزمل کے اثر کے بارے میں کہا کہ اس نے شروع میں تو اسے کنگال کر دیا ہو گا وہ کہنے لگا ”ہاں اسی طرح ہوا تھا“۔

پھر بعد کے بارے میں میں نے کہا کہ اسے جتنے بھی پیسے کی ضرورت ہو با آسانی مل جاتا ہے۔

وہ کہنے لگا اسی طرح ہے کہ مثلاً اگر میں چاہوں کہ شام تک 1500 روپے کی سبزی بچتی ہے تو میں بیچ لیا کرتا ہوں۔

بہر حال سورۃ المزمل پڑھنے والے مجھے عام لوگوں سے کٹے کٹے اور مختلف مزاج کے لگے ہیں۔ تیسرے کلمے کا زیادہ ورد کرنے والے بھی مجھے اسی طرح کے لگے۔ گوتیسرے کلمے کا سو بار روزانہ ورد کرنا بہتر ہے۔ روحانی ترقی تو ان سے ہو ہی جاتی ہے۔

ہر ورد کے شروع کرنے کے بعد اس کے اثرات دیکھیں۔ یہ آپ کے مزاج، انرجی لیول (ذہنی اور جسمانی توانائی) مالی حالات وغیرہ پر اس کے اثرات غور سے دیکھیں۔ اگر مثبت اثر دیکھیں تو اسے جاری رکھیں ورنہ تبدیل کر دیں۔ اس رات یا اگلی رات آپ کو کوئی ورد سے متعلقہ خواب آنا چاہیے اگر خواب اچھا ہو تو وہ ورد جاری رکھیں ورنہ بند کر دیں اسی طرح ورد کرنے سے پہلے استخارہ کریں۔ تنہائی میں ورد واذکار کرتے وقت اہم ہدایات مندرجہ ذیل ہیں۔

کمر سیدھی رکھیں۔

جسم کو اور اعصاب کو ریلیکس رکھیں۔

ورد واذکار کو آہستہ رفتار سے پڑھیں۔ وقت کم ہو تو ورد کی تعداد کم کر دیں مگر سپیڈ نہ بڑھائیں اس کا سرور آنا چاہیے۔ اپنی توجہ اسی لمحے میں رکھیں۔

مراقبہ کرتے وقت جسم کے اعضاء و اعصاب اور سوچوں کو پوری طرح سکون میں (ریلیکس) رکھیں کہ یہ تینوں ریلیکس ہوں تو پھر شعور کی مداخلت بہت کم ہو پاتی ہے۔ ہر قسم کی مشق میں سانس پوری طرح لینا لازم ہے ورنہ سرچکرانا شروع ہو جاتا ہے اور بینائی وغیرہ کی کمزوری بھی ہو سکتی ہے۔

ہو سکے تو اپنے سینے یا دل پر توجہ کر کے پڑھیں، ورد واذکار کی گرمی کبھی کبھی سر کو بھی چڑھ جاتی ہے۔ (مگر یہ لازمی شرط نہیں کہ توجہ دل پر ہی یا کہیں بھی رکھ کر پڑھیں) کسی بھی کتاب کی حقیقت کو تصور کر کے آپ اس سے نور لے سکتے ہیں اس چیز کو آپ نے حقیقت کعبہ حقیقت قرآن پاک وغیرہ کا دائرہ تصور کرنا ہے۔ رسول پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی شریعت اور ذات میں سب بندے اور پیغمبروں کے مکمل علم اور نور شامل ہو چکے ہیں۔



## انرجی لینا

اسلام کے خانقاہی نظام میں ایک اہم مشق جو صوفیاء کرتے ہیں وہ انرجی جسم میں لینے کا تصور کرنا ہوتا ہے۔ اس میں وہ تصور کرتا ہے کہ وہ نور میں بیٹھا ہے پھر وہ یہ تصور کرتا ہے کہ وہ نور اسکے جسم میں داخل ہو رہا ہے۔ یہ نور ان کے سینے سے دل کے مقام پر اندر داخل ہوتا ہے۔ اور پھر سارے جسم میں پھیلتا رہتا ہے۔ جس طرح چاندنی ہوتی ہے۔ اسی سفید رنگ کا ہوتا ہے۔

اللہ کا قرآن پاک میں فرمان ہے کہ ”اللہ آسمانوں اور زمین کا نور ہے“

آپ نے اسے نور کی شکل میں دیکھنا ہے۔

اللہ کی طرف سے یہ نور آپ اپنے سر کے اوپر سے جسم میں داخل ہونے کا تصور کر سکتے ہیں۔ ہاتھوں سے جسم میں داخلے کا یا گردن کے نچلے حصے سے داخلے کا بھی تصور کر سکتے ہیں۔ اسی طرح بہت سے صوفیاء خود کو رسول پاک ﷺ کے حضور تصور کرتے ہیں۔ اس میں اللہ کی طرف سے نور آپ ﷺ کے جسم مبارک سے ہوتا ہوا آپ (تصور کرنے والے) کے سینے پر دل سے مقام پر آنے کا تصور کیا جاتا ہے۔ پھر یہ سارے جسم میں پھیلتا جاتا ہے۔ یہ تصور کوئی دس پندرہ منٹ تک کرنا ہے۔ یہی تصور شیخ کیا جاتا ہے کہ نور پہلے اللہ تعالیٰ سے شیخ کے جسم میں پھر شیخ کے دل میں سے ہو کر بندے کے دل کے مقام پر آتا ہے۔ جب یہ تصور پختہ ہو جائے اور انرجی باقاعدہ محسوس ہونے لگ جائے تو پھر آپ کسی بھی پیغمبر یا کسی بھی پیغمبر کی الہامی کتاب سے نور لے سکتے ہیں۔

پھر یہ نور آپ کے سینے اور پیٹ میں ناف کے مقام پر جمع ہو جاتا ہے۔ یہی تصور کرنا

ہے۔

اس میں جسم سے نکل کر خانہ کعبہ جانے اور وہاں سامنے بیٹھ کر اور اندر بیٹھ کر نور حاصل

کرنے کا تصور بھی کیا جاتا ہے۔ اسی طرح مختلف مقدس مقامات پر جانے کا تصور کیا جاسکتا ہے۔ پھر واپس آ کر اپنے جسم میں داخل ہونے کا بھی تصور کرنا ہوتا ہے۔ آپ پڑھتے وقت بھی یہ تصور کر سکتے ہیں مگر اکثر لوگوں کیلئے ورد و اذکار کے خاتمے کے بعد مراقبے میں ایسا تصور کرنا بہتر ہوتا ہے کہ پھر جسم میں نوری جسم زیادہ ہلچل کا شکار نہیں ہوتا۔ یہ نوری جسم ہلچل کا شکار ہو کر کبھی کبھی سر کی طرف گرمی وغیرہ دے دیا کرتا ہے۔ کچھ لوگ تصور شیخ بھی کرتے ہیں اس میں وہ اپنے شیخ کا نوری جسم اپنے جسم کے اندر والا تصور کرتے ہیں اور کچھ لوگ ایسے کہ جیسے اپنے جسم کے اوپر رضائی لی ہوتی ہے اس میں جسم کے اندر والا تصور بہت ہی طاقتور ہوتا ہے۔ جب یہ مشق پختہ ہو جائے تو پھر آپ یہی تصور دائرہ حقیقت قرآن دائرہ حقیقت تورات، دائرہ حقیقت رسول اور عزم، دائرہ حقیقت کعبہ، دائرہ حقیقت محمد ﷺ میں لے سکتے ہیں یہ تصور کچھ 6 انچ قطر کے دائرے کی صورت میں کیا جاتا ہے دائرہ حقیقت قرآن اس طرح ہے کہ مثلاً اس میں تخت بلقیس کی مثال کو اس شخص کے پاس کتاب کا کچھ علم تھا پھر اس میں علم خفیہ بھی شامل ہیں حقیقت مقام محمد یہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میں پتھروں کا بولنا درختوں کا سجدے چاند کا دو ٹکڑے ہونا واقعہ معراج شریف سب شامل ہے ہر قسم کی کرامات اس میں آتی ہیں۔

روحانی انسان جب یہ تصور کرتا ہے تو کم از کم ایسی چیز ایتھر میں تخلیق ہو جاتی ہے۔ انسان زمین پر اللہ کا خلیفہ (نائب) ہے۔ اس میں اللہ تعالیٰ کی عطا کی ہوئی وہ تخلیقی توانائی موجود ہے جو روحانی ترقی کی صورت میں سب کچھ تخلیق کرنے کے قابل ہے۔ اللہ کے عطا کردہ نور پر یقین کرنا سالک کیلئے ہی بڑی روحانیت کے دروازے کھولتا ہے۔ بہت سے لوگ زمین سے یا فضاء سے مختلف رنگوں کی انرجی لیتے ہیں۔ یہ عموماً روحانی علاج (ریکی وغیرہ) کرنے والے لیا کرتے ہیں۔

اسلامی روحانی علاج کرنے والے بھی ہر دو ہفتے کے بعد زمین یا فضاء سے انرجی لے

سکتے ہیں۔ یہ انرجی آپ نے اپنے دونوں ہاتھ زمین پر رکھ کر لینی ہے۔ یہ آپ دونوں پاؤں میں



سے بھی لے سکتے ہیں۔ جسم میں ناک کے اندر سے بھی یہ نوری انرجی لی جاتی ہے۔ یہ ناک میں سے اندر داخل ہو کر سر کے پچھلے حصے میں اوپر کو گھوم کر پھر ماتھے کی سائینڈوں سے ہوتی چہرے سے گزرتی ہے۔ پھر گردن پر اتر آتی ہے۔ یہ سیدھی بھی دماغ میں بذریعہ ناک لی جاسکتی ہے۔ اسی طرح سر کے پچھلے حصے میں بذریعہ حرام مغز بھی انرجی لی جاتی ہے جو کہ دماغ میں ستور ہو جاتی ہے۔

پھر آپ اپنے معدے، دل ہر مقام پر سیدھی انرجی کے سکتے ہیں۔ پیٹ کے نچلے حصے میں دائیں بائیں بھی انرجی لیں تو پیٹ بہتر ہو جاتا ہے۔ کچھ لوگ پتھروں یا درختوں سے بھی انرجی لیتے ہیں۔ مگر اس کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔

اپنے تجربات میں زمین اور فضاء سے انرجی لینے کی یہ مشق کافی مفید رہی ہے۔ مگر اسے بہت زیادہ نہیں کرنا چاہیے۔ ہفتے میں ایک بار ہی کافی رہتی ہے۔

زمین سے انرجی لینے کی تاثیر اور فضاء سے لینے کی اور ہوتی ہے۔ آپ اپنی پسندیدہ کسی بھی روحانی ہستی سے انرجی لے سکتے ہیں لیکن اگر وہ زندہ ہے تو اس سے اجازت ضرور لے لیں فوت شدہ کیلئے کسی کی اجازت ضروری نہیں ہے۔

ان پر اس پاس کے لوگوں کا بہت زیادہ دباؤ ہوتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں یہ لوگ خود سے زیادہ دوسروں کی پرواہ کرتے ہیں۔ بلکہ یہ بڑے عجیب طریقے سے کرتے ہیں جن چیزوں میں کرنی چاہیے ان میں نہیں بلکہ اکثر غلط چیزوں میں کرتے ہیں۔ یہ دنیا کو اچھی جگہ بنانے، اپنے معاشرے کو اچھا معاشرہ بنانے کے بجائے غیر اہم چیزوں میں اس کا استعمال کرتے ہیں۔ ہمیں چاہیے کہ اسے دنیا کو اچھی جگہ بنانے کیلئے ہی استعمال کریں۔

جیسے میں نے یہ بھی دیکھا ہے کہ ترکی یا پٹھان لوگوں میں ایک دوسرے کی لڑائی میں (جائز یا ناجائز میں) مدد کرنا اسی سوشل پریش کی وجہ سے ہوتا ہے۔ اس میں ساتھ نہ دینے والے کو بے غیرت کہا جاتا ہے۔

## سوشل پریش

میرے مشاہدے میں یہ چیز آئی ہے کہ پاکستانی بلکہ انڈین سب کانٹریٹ کے لوگ دوسری اقوام کی نسبت زیادہ ذہین ہیں مگر یہ بھی دیکھنے میں آیا ہے کہ اس سارے کانٹریٹ کے لوگ احساس کمتری کا شکار بھی دوسروں سے زیادہ ہیں۔ اس میں جب میں انڈین اور پاکستانیوں کا موازنہ یورپ میں بیٹھ کر کرتا ہوں تو مجھے انڈین پاکستانیوں سے زیادہ احساس کمتری کے شکار لگتے ہیں۔ قلندر کے کہنے کے مطابق انڈین یورپ میں کہیں جا رہا تو اس کے چہرے پر شاذ و نادر ہی خوشی یا مسکراہٹ نظر آئے گی۔ لگتا ہے کسی نے مار مار کر چھوڑا ہو۔

پاکستانی لوگوں کی خاصی تعداد بھی چہروں پر ایسے ہی تاثرات رکھا کرتی تھی مگر پچھلے دس بارہ سال سے ان میں کچھ بہتری آچکی ہے۔

برصغیر کے لوگوں کے چہرے پر اس ناخوشی کی سب سے بڑی وجہ ان پر سوشل پریش ہے۔

ان پر اس پاس کے لوگوں کا بہت زیادہ دباؤ ہوتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں یہ لوگ خود سے زیادہ دوسروں کی پرواہ کرتے ہیں۔ بلکہ یہ بڑے عجیب طریقے سے کرتے ہیں جن چیزوں میں کرنی چاہیے ان میں نہیں بلکہ اکثر غلط چیزوں میں کرتے ہیں۔ یہ دنیا کو اچھی جگہ بنانے، اپنے معاشرے کو اچھا معاشرہ بنانے کے بجائے غیر اہم چیزوں میں اس کا استعمال کرتے ہیں۔ ہمیں چاہیے کہ اسے دنیا کو اچھی جگہ بنانے کیلئے ہی استعمال کریں۔

جیسے میں نے یہ بھی دیکھا ہے کہ ترکی یا پٹھان لوگوں میں ایک دوسرے کی لڑائی میں (جائز یا ناجائز میں) مدد کرنا اسی سوشل پریش کی وجہ سے ہوتا ہے۔ اس میں ساتھ نہ دینے والے کو بے غیرت کہا جاتا ہے۔



مثلاً چند سال پہلے تک اگر کوئی پینٹ کوٹ قسم کے کپڑے پہن کر اگر کسی چھوٹے گاؤں میں چلا جاتا تو وہاں پر بچے (بلکہ بڑے بھی) اس پر ہنستے تھے۔ دراصل یہ بھی اپنے کلچر (لباس وغیرہ) کے ایک حصے کو محفوظ رکھنے کی مضحکہ خیز شکل ہوتی تھی۔

میں نے یہ بھی دیکھا ہے کہ ہم لوگ اپنے سے اوپر کے لوگوں سے غیر ضروری طور پر دبتے اور اپنے سے نیچے لوگوں کو خواہ مخواہ دباتے رہتے ہیں۔ بلکہ اپنے سے نیچے کے لوگوں پر ظلم کرتے رہتے ہیں خود مذہب اور انسانیت کے دعویدار ہونے کے باوجود ہم ایسا کرتے ہیں۔ یہ چیز دین اور انسانیت دونوں کے پیغام کے بالکل مخالف چیز ہے۔ اس کا حل کیا ہے اور اس پر کیسے عمل کیا جاتا ہے؟ اس کا جواب رسول پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے اس پیغام میں ہے کہ آپ دوسروں سے وہی سلوک کریں جو آپ خود سے ہونا پسند کرتے ہیں۔

یہ بات مت بھولیں کہ جو کچھ آپ کریں گے کچھ عرصے کے بعد آپ کے ساتھ وہی کچھ ہوگا۔

## آئیدیل شادی

### آسٹرالوجی کی مدد سے

ہالینڈ میں 1986ء سے لیکر 1996ء میں پروفیشنل پامسٹ کی حیثیت سے کام کرتا رہا۔ ابھی تک میرے پاس وہاں خاصے لوگ مختلف مسائل کی روحانی مدد یا حل کیلئے آتے ہیں۔

اپنے اس بیس سال سے زیادہ وقت پر محیط پروفیشنل کیریئر میں جہاں مجھے مختلف ممالک کے ہزاروں لوگوں کے ہاتھ دیکھنے کا اتفاق ہوا وہاں پر دنیا کے بے شمار مخفی علوم کے ماہرین سے بھی ملتا رہا۔ جن میں کردار شناسی، غیب کی چیزیں جاننا اور مستقبل شناسی کے سینکڑوں ماہرین سے بھی ملا اور ان میں سے جس کو بھی کچھ قابل پایا ان سے کچھ نہ کچھ سیکھتا اور انہیں کچھ نہ کچھ سکھاتا بھی رہا۔

مستقبل کے واقعات جاننے میں دلچسپی اس وقت کم ہونی شروع ہو گئی جب مجھے یہ پوری طرح معلوم ہو گیا کہ مستقبل تبدیل ہوتا رہتا ہے۔ اور اسے پختہ یقین، محنت اور دعاؤں کی مدد سے تبدیل کیا جاسکتا ہے۔ بلکہ اگر آپ اپنے ذہن کی پروگرامنگ (یعنی منفی سوچ سے تبدیل ہو کر مثبت سوچ پر) تبدیل کریں ساتھ ہی آپ کا مستقبل بھی بدل جائے گا۔ آپ کے مستقبل کا تعلق آپ کی محنت، آپ کے یقین (Faith) توکل اللہ اور آپ کے گروپ کی متحدہ انرجی سے ہے۔ جہاں یہ انرجی تبدیل، آپ کا مستقبل بھی تبدیل۔ مگر اس سفر کے دوران جو چند قیمتی معلومات مجھے حاصل ہوئیں ان میں ایک اپنے لیے غلط یا صحیح ازدواجی ساتھی کا چناؤ ہے۔ اس میں آپ پیدائش کے مہینے (Zodical Sign) کی مدد سے اپنے لیے مناسب ترین ساتھی کا چناؤ کر سکتے ہیں۔

یہاں میں پہلے ایک غلط فہمی کی وضاحت کر دوں کہ میں آسٹرالوجی (ستارہ شناسی) کی



مدد سے مستقبل کی پیشگوئیوں کو نہیں مانتا ہوں کہ ستارے ہمارا حال یا مستقبل معلوم نہیں کر سکتے لیکن اگر آپ ان پر یقین کرنے لگ پڑیں تو پھر آپ کا مستقبل ان کے مطابق ہی ہوگا۔ دراصل جب آپ ستاروں کی پوزیشن کسی رسالے یا جنتری میں دیکھ کر اپنے لیے سعد یا نحس ہفتے کا دیکھیں گے اور جب آپ کا پختہ یقین اسی رسالے پر ہوگا تو آپ کا مستقبل اسی کے مطابق ہوگا۔ لیکن آپ کے ساتھ اسی ماہ میں بلکہ اسی منٹ اور گھنٹے اور سال میں آپ کے ساتھ پیدا ہونے والے دوسرے ان لوگوں کے حال یا مستقبل آپ سے بالکل مختلف ہوگا جو اس پر یقین نہیں رکھتے۔

دراصل آپ خود صبح اٹھ کر یہ فیصلہ کرتے ہیں کہ آج کا دن اچھا گزرے گا یا برا جو بھی آپ نے صبح مان لیا تو وہ فیصد آپ کے ساتھ وہی کچھ ہوگا۔ ”آپ اپنا مستقبل خود تشکیل کرتے ہیں۔“

مگر میں یہاں مستقبل پر بحث نہیں کروں گا بلکہ یہاں آسٹرالوجی کی ایک بہت کارآمد بات کے بارے میں بتانا چاہتا ہوں جو کہ اچھے ازدواجی ساتھی کے چناؤ میں 98 فیصد تک مدد کرتی ہے۔ مجھے اپنے تجربات میں سینکڑوں ایسے کیسوں سے واسطہ پڑا اور ان میں ایک غلط ساتھی کے چناؤ سے بچنا اتنا صحیح نکلا ہے کہ میں نے اسے اپنے تجربات میں شاذ و نادر ہی غلط پایا ہے۔

اسکی تفصیل اس طرح ہے کہ آسٹرالوجی میں چار قسم کے مادوں کی بات ہوتی ہے امیں آتش، زمین، ہوا اور پانی چاروں مادوں سے دنیا کی ہر چیز کا بننا بتایا جاتا ہے۔

ان میں مجھے یہ معلوم ہوا کہ جب بھی آتش برج (Fire Sign) کی شادی آبی برج (Water Sign) سے ہوئی تو ان میں سے ایک بھی کیس صحیح نہ رہا۔ پچاس فیصد کی تو پاکستان میں بھی طلاقیں یا علیحدہ رہنا ہو گئی۔ یورپ میں تو طلاق کا نتیجہ 99 فیصد تھا۔

یہاں میں پہلے آتش برج کے ناموں اور مہینوں کا بتانا ہوں۔

آتش برج میں حمل۔ Aries (پیدائش 21 مارچ سے 20 اپریل تک) دوسرا

اسد۔ Leo (پیدائش 24 جولائی سے 23 اگست تک) اور تیسرا قوس Sagittarius

(پیدائش 23 نومبر سے 21 دسمبر تک) ہے۔

اس وقت میں پیدا ہونے والے کو کسی بھی حالت میں آبی برج والوں سے شادی نہیں کرنی چاہیے۔ آبی برج میں پہلا سرطان۔ Cancer (پیدائش 22 جون سے 23 جولائی تک) دوسرا عقرب۔ Scorpio (پیدائش 24 اکتوبر سے 22 نومبر تک) تیسرا حوت۔ Pisces (پیدائش 20 فروری سے 20 مارچ تک) ہے۔ یہ یاد رکھیں کہ عموماً نئے شروع ہونے والے برج کا اثر دو دن پہلے سے شروع ہو جاتا ہے۔

اوپر بیان کردہ دونوں لسٹوں کی آپس میں شادی کسی بھی حالت میں نہیں ہونی چاہیے میری آپ سے درخواست ہے کہ باقی وہوں میں بالکل نہ پڑیں کہ آسٹرالوجی تو توہمات سے بھری ہوئی ہے۔ آپ توہمات میں بالکل نہ پڑیں مگر میں نے یہ اوپر بیان کردہ لسٹ کی جب بھی آپس میں شادیاں دیکھیں کبھی بھی صحیح حالات نہ دیکھے۔ بلکہ انتہائی برے حالات تھے۔ اسی لیے میں نے یہ ضروری سمجھا کہ آپ کو اس قدرت کے اس عجیب راز سے واقفیت کرادوں۔

یعنی آتش برج کی شادی کبھی بھی آبی برج کے ساتھ نہیں ہونی چاہیے۔ میرے مشاہدے میں یہ بھی آیا ہے کہ یہ جب بھی شادی کرتے ہیں تو انکی جسمانی اور ذہنی توانائی دو تین برس کے اندر ہی ختم ہونے لگ پڑتی ہے۔ پھر ان میں سے کم از کم ایک (بلکہ اکثر دونوں) کمر درد اور سر درد کا شکار ہو جاتا ہے۔ صبح یہ بجائے فریش اٹھنے کے سخت تھکن کے ساتھ اٹھتے ہیں۔ اگر بد قسمتی سے پڑنے والے کی آپس میں شادی اسی طرح (آتش اور آبی) ہو گئی تو اس کا ایک سادہ حل یہ ہے کہ یہ رات کو سوتے وقت علیحدہ علیحدہ کمروں میں سوئیں۔

دن میں بھی لگا تار چار پانچ گھنٹے اکٹھے نہ بیٹھیں بلکہ دوسرے کمرے یا کچن یا باہر چلے جائیں پھر آپ کا وقت کچھ صحیح گزرتا رہیگا۔

اب ہم اچھے پارٹنرز (بلکہ آئیڈیل پارٹنر) کی لسٹ کی طرف جاتے ہیں۔ اس میں معلوم یہ ہو کہ ہر ایک برج کی اپنے برج یا اپنے سے مخالف سمت موجود سائن سے شادی کرنا بہت



مناسب رہتا ہے۔

اس میں حمل کی شادی اسد، قوس یا میزان کے ساتھ

ثور کی شادی سنبلہ، جدی اور عقرب کے ساتھ

برج جوزا کی شادی میزان، قوس یا دلو کے ساتھ

برج سرطان کی شادی عقرب، جدی یا حوت کے ساتھ

برج اسد کی شادی قوس، دلو اور حمل کے ساتھ

برج سنبلہ کی شادی، جدی، حوت اور ثور کے ساتھ

برج میزان کی شادی برج دلو، حمل اور جوزا کے ساتھ

برج عقرب کی شادی برج حوت، ثور اور سرطان کے ساتھ

برج قوس کی شادی برج حمل، جوزا اور اسد کے ساتھ

برج جدی کی شادی ثور، سرطان اور سنبلہ کے ساتھ

برج دلو کی شادی برج جوزا، اسد اور میزان کے ساتھ

برج حوت کی شادی برج سرطان، سنبلہ اور عقرب کے ساتھ ہونی نہایت مناسب

ہے۔

خود اپنے ہی برج کے ساتھ زیادہ بہتر نہیں ہوتا۔ علاوہ ثور اور اسد کے جو کہ اپنے برج سے شادی کر سکتے ہیں اور یہ شادی دلچسپ بھی رہتی ہے۔

گو اوپر بیان کردہ لسٹ ہی اچھے پارٹنر کے چناؤ کے لیے کافی ہے پھر بھی اس میں مزید تفصیل بھی ہے۔ میں نے یہ بھی اپنے تجربات میں صحیح پایا ہے کہ اگر کوئی آپ کے اوپر بیان کردہ مناسب پارٹنر کے برج میں ہو تو اس کی پیدائش کی تاریخ آپ کو آپس میں مزید قریب لے آتی ہے۔ اس میں دیکھنا یہ ہے کہ 31, 29, 28, 25, 22, 20, 19

16, 13, 11, 10, 7, 4, 2, 1 تاریخوں میں پیدا ہونے والے اگر اوپر پہلے بیان

کردہ آئیڈیل پارٹنر کی لسٹ میں بھی آتے ہوں تو یہ ان کے پوری طرح سے آئیڈیل پارٹنر بن سکتے ہیں۔

نیچے اسی طرح 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 27, 30 آپس میں کشش رکھتے

ہیں۔

اگر ان تاریخوں کے ساتھ پہلے بیان کردہ برج بھی ملتے ہوں تو یہ پوری طرح آئیڈیل پارٹنر بن سکتے ہیں۔

باقی بچنے والی تاریخیں کسی کے ساتھ بھی چل سکتی ہیں۔

اوپر بیان کردہ دونوں لسٹوں یعنی تاریخیں اور برج بھی آپس میں مل جائیں تو پھر ان کا تعلق دل و دماغ دونوں کے پیار کا ہوتا ہے۔ یہ دونوں اگر گھنٹوں اکٹھے خاموش تک بیٹھے رہیں پھر بھی بور نہیں ہوتے۔

میرے تجربے میں آیا ہے کہ صرف برجوں کی بیان کردہ لسٹ ہی کافی ثابت ہوتی ہے۔ اس کا اثر اسی فیصد تک ہوتا ہے اور ساتھ بیان کردہ تاریخیں بھی مل جائیں تو اثر 98 فیصد تک چلا جاتا ہے۔ یعنی دونوں مل جائیں تو سونے پہ سہاگہ والی بات ہوتی ہے۔ بہر حال دنیا میں کوئی بھی علم 100 فیصد نہیں ہے اور 100 فیصد صرف اللہ کی ذات ہے اور وہی سب کچھ جانتا ہے۔ مگر اوپر بیان کردہ لسٹ کو میں نے اپنے 20 سالہ تجربات میں 98 فیصد صحیح پایا ہے۔



## مستقبل شناسی ممکن ہے یا نہیں؟

اب تک بے شمار لوگ مجھ سے یہ سوال پوچھ چکے ہیں کہ مستقبل اور غیب کی درست خبر لی جاسکتی ہے یا نہیں اور اسلام میں دست شناسی وغیرہ کی کیا شرعی حیثیت ہے؟

جہاں تک مستقبل اور غیب کے علم کا تعلق ہے قرآن پاک میں لکھا ہے غیب کا علم اللہ کے پاس ہی ہے۔ یعنی اللہ سو فیصد جانتا ہے کہ مستقبل میں کیا ہوگا اور دور فاصلے پر کیا ہو رہا ہے۔

مگر کردار شناسی وغیرہ کی اسلام میں ممانعت نہیں ہے۔ جس طرح ڈاکٹر مریض کی شکل، چال ڈھال اور نبض وغیرہ سے مرض کا اندازہ لگا لیتا ہے اسی طرح ہاتھ کی لکیروں سے بھی کردار شناسی کا بہت حد تک پتا چلایا جاسکتا ہے۔ پھر بے شمار واقعات مستقبل میں ایسے ہونے ہوتے ہیں جن کی بنیاد حال میں بن چکی ہوتی ہے۔ مثلاً کوئی فیکٹری گھائے پر جا رہی ہے مگر ملازمین کو اس کا علم نہیں اور وہ اگلے چند ماہ میں بند ہونے والی ہے تو کوئی مستقبل شناس ایسی درست پیشگوئی کر سکتا ہے۔ مگر مستقبل کا سو فیصد علم (درست علم) خدا کو ہی ہے۔ کچھ مستقبل شناس انسان کی حالیہ موجودہ انرجی کی بنیاد پر کسی حد تک درست پیشگوئی کر لیتے ہیں۔

مستقبل تبدیل ہوتا رہتا ہے اس لیے سو فیصد درست علم ہونا ناممکن ہے۔ گو بے شمار لوگ ماضی میں ایسے گزرے ہیں جن کی کافی ساری پیشگوئیاں صحیح نکلی تھیں ان میں یورپ میں بڑے نام نوسٹر ڈیماس (فرانس) کیرو (آئر لینڈ) ایڈگر کیس (امریکہ) اور جین ڈکسن (امریکہ) کے ہیں۔ ہمارے برصغیر کے شاہ نعمت اللہ ولی (دہلی، انڈیا) کی پیشگوئیاں بھی خاصی مشہور ہیں۔

خود میں نے پیشگوئیوں کے مسئلے پر شاید پاکستان میں سب سے زیادہ کتابوں کی تحقیق کی ہے۔

نوسٹر ڈیماس کی پیشگوئیاں سمجھنی بڑی مشکل ہیں وہ محمل قسم کی شاعری ہے۔ جس میں

سے جو چاہو مطلب نکال لو اس پر میں نے اپنی پہلی کتاب ”روحانیت، دانش اور حقیقتیں“ میں لکھ چکا ہوں۔

اوپر بیان کردہ دوسرے لوگوں نے جتنی بھی پیشگوئیاں کیں ان میں سے خاصی تعداد درست نکلی۔ دراصل اجتماعی لاشعور (Collective Unconscious) یا کائناتی ذہن میں سب کچھ موجود ہے۔ کچھ لوگ خواب کی حالت میں جا کر ہپناٹزم کی مخصوص ٹرانس میں جا کر (یا کچھ لوگ حضرات کی مدد سے انگوٹھے وغیرہ میں) خاصی حد تک صحیح خبریں لے لیتے ہیں۔ کچھ میں یہ خداداد صلاحیت ہوتی ہے۔ مگر یہ بات اس پیشگوئی کرنے والے کے گزشتہ پیشگوئیوں کے ریکارڈ سے معلوم ہوتی ہے۔

ٹرانس (مراقبے یا جن وغیرہ کی آمد) میں کی گئی باتیں زیادہ درست ہو سکتی ہیں کہ انسان اس وقت اپنا شعور کھو چکا ہوتا ہے۔ شعور کی مداخلت نہ ہونے کی وجہ سے لاشعور اپنی معلومات دینے کیلئے آزاد ہوتا ہے۔

سچے خواب پاکستان میں ہر گلی، فیمیلی میں کسی نہ کسی کو آتے رہتے ہیں یہ بھی اسی صلاحیت کی ایک شکل ہوتی ہے اور بڑی حد تک اعتبار کرنے والی شکل ہوتی ہے۔ کیونکہ اس کا تعلق اکثر مستقبل قریب سے ہوتا ہے۔ اور مستقبل قریب کے ان واقعات کی بنیادیں بن چکی ہوتی ہیں۔

تاش کے پتوں اور ٹیرٹ کارڈز سے مستقبل معلوم کرنا رمل اور جعفر کا علم، پنڈولم کی مدد سے حالات کا جائزہ آسٹرالوجی کی مدد سے مستقبل کے حالات معلوم کرنا یہ بہت ہی صورتیں ہیں جن میں دراصل مستقبل بینی (کشف کی ہی) کی کوئی نہ کوئی صورت شعوری یا لاشعوری طور پر استعمال ہوتی ہے۔ اوپر بیان کردہ سبھی علوم سے میرا خاص واسطہ رہا ہے۔

دست شناسی کردار شناسی میں حیرت انگیز تک صحیح ثابت ہوتی ہے اور مستقبل کی موٹی موٹی اور اہم باتوں کے متعلق بھی ایک اچھا پامسٹ خاصی درست معلومات دے سکتا ہے۔ لیکن پاکستان میں اچھے پامسٹ تین چار ہی ہیں۔ مگر چھوٹی چھوٹی چند ماہ کے اندر ہونے والی باتوں کا



اندازہ لکھنے والوں سے لگانا بڑا ہی مشکل ہے۔ گو کچھ پامسٹ کشف کی مدد سے ایسی باتیں بھی بتا لیتے ہیں بہر حال سب سے درست ترین چیز خود استخارہ کرنا ہے۔ جس کی اسلام پوری طرح اجازت دیتا ہے۔

درست پیشگوئیوں میں ایک عجیب سی بات جو میں نے پائی ہے وہ کچھ مستقبل شناسی کرنے والوں کی کالی زبان ہے ان میں سے کچھ لوگوں کی ذہن کی طاقت اتنی زیادہ ہوتی ہے کہ وہ جو بات بھی یقین سے کہیں وہی 85 یا 90 فیصد تک ہو جاتی ہے۔

کچھ ماہرین مستقبل شناس اسے لاشعوری طور پر استعمال کرتے ہیں۔ خود مجھے بھی اس صلاحیت کی وجہ سے مستقبل شناسی سے روکا گیا تھا۔ اسی طرح کسی مستقبل شناس پر اندھا اعتقاد ہونا بھی پیشگوئیوں کو درست بنا دیتا ہے۔ یعنی سننے والے اگر یہ مان لیتے ہیں کہ مستقبل شناس ہر بات درست بتاتا ہے تو اگر اس کی بات غلط بھی ہو تو پھر بھی ”اندھا اعتقاد“ اس کی پیشگوئی کو صحیح بنا سکتا ہے۔

حساب کرنے والوں کے لیے ایک اچھا مشورہ (Tip) یہ ہے کہ اگر غلط پیشگوئی کا سامنا ہو تو اسے نہ مانے اور دل سے نکال دے۔ اگر اچھی اور مثبت پیشگوئی ہو تو مان لے۔

اس ساری بحث کا خلاصہ یہ ہے کہ مستقبل تبدیل ہوتا رہتا ہے۔ اس لیے اس کی حتمی پیشگوئی ناممکن ہے۔ اللہ ہی سو فیصد غیب کا علم جانتا ہے۔ گو ایک حد تک صحیح پیشگوئی ممکن ہے مگر اس کا انحصار پیشگوئی کرنے والوں کی صلاحیت پر ہے۔ اسکے ماضی کی کامیاب پیشگوئیوں کے ریکارڈ سے آپ یہ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ اس کی کتنی فیصد باتیں صحیح ثابت ہوتی ہیں مگر پروفیشنل دست شناس، آسٹرالوجر اور حساب کرنے والے کا رو باری نقطہ نظر سے اپنا ریکارڈ لوگوں کو سو فیصد صحیح کے قریب ہی بتاتے ہیں

اپنی غلط پیشگوئیوں کو چھپا جاتے ہیں اور صحیح کا ڈھنڈورا پیٹتے ہیں۔ اپنے پاس آنے والوں کو اگر ان کی کامیابی کی خبر دیتے ہیں تو ساتھ ہی یہ بھی کہتے ہیں کہ آپ کو احتیاط کی ضرورت

ہے ورنہ ناکامی بھی ہو سکتی ہے۔ اور جب حساب کرانے والا اپنی نوکری اور ان کی غلط پیشگوئی کا گلہ لیکر آتا ہے تو اسے کہتے ہیں کہ ہم نے تو کہا تھا کہ آپ احتیاط سے کام لیں ورنہ ناکامی بھی ہو سکتی ہے۔ ورنہ ہماری پیشگوئی تو ہر دفعہ صحیح نکلتی ہے۔ خود میں نے دس سال سے زیادہ عرصہ ہالینڈ میں پیشہ وروست شناس اور روحانی معالج کی حیثیت سے گزارا۔ ہزاروں ایسے لوگوں سے ملا جو مختلف مذاہب اور روحانی گروپوں سے تعلق رکھتے تھے اور اب بھی ملتارہتا ہوں۔ مگر اب اس تجربے میں یہ بھی معلوم ہوا کہ سو فیصد صحیح پیشگوئی ناممکن ہے۔ بلکہ 80% اوپر مستقبل کی صحیح پیشگوئی کرنے والے دنیا میں چند ہی لوگ ہیں۔

پھر یہ لوگ مستقبل میں ہونے والی کسی بھی چیز کا ہاں یا ناں میں جواب تو کافی حد تک جواب صحیح دے لیا کرتے ہیں مگر تفصیلات میں نہیں جایا کرتے۔ مثلاً کسی کو بتا دیا کہ تمہاری دو شادیاں ہوں گی۔ اور یہ بات درست ہو سکتی ہے۔ (اچھے پامسٹ کیلئے یہ معمولی پیشگوئی ہے) مگر یہ بتانا کہ پہلی شادی کس عمر میں ہوگی بیوی کیسی ہوگی وہ شادی کیسے چلے گی۔ کس حلیے کی ہوگی کیا پہلی بیوی سے علیحدہ ہوگی یا فوت ہو جائے گی۔ اور دوسری بیوی کس عمر میں ملے گی اور اس کے ساتھ کیسی چلے گی وغیرہ وغیرہ۔

ایسی تفصیلات تک چند ایک بہت ماہر افراد جاسکتے ہیں۔ ایسے افراد جو ہر شخص کو ان چیزوں کی تفصیلات 80% تک صحیح بتا سکے کسی ملک میں ایک دو ہی ہوتے ہیں۔ مستقبل کو محنت کی مدد سے، اپنا یقین تبدیل کرنے سے اور دعاؤں کی مدد سے بھی تبدیل کیا جاسکتا ہے۔ اللہ کسی کی محنت بھی ضائع نہیں کرتا۔

مستقبل کا انحصار آپ کے پاس موجود انرجی لیول پر ہے۔ جس میں محنت آپ کے یقین (مثبت سوچ اور یقین محکم) اور آپ کے گروپ کی دعاؤں (یا روحانی انرجی) پر ہے۔ موجودہ انرجی لیول کا اندازہ لگا کر کسی شخص کی بھی مستقبل قریب کی چیزوں کی زیادہ بہتر طریقے سے اور مستقبل بعید کی صحیح پیشگوئی ماہر مستقبل شناس کر سکتا ہے۔ قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ



## کشف کا صحیح طریقہ کیا ہے؟

کشف لوگوں پر مختلف طریقوں سے آیا کرتا ہے۔ اس کی صورتیں بہت سی ہیں مگر دیکھنا، سننا، محسوس کرنا اس کی اہم صورتیں ہیں۔ کچھ لوگ خواب کی طرح (آنکھیں بند کر کے) اپنے سوال کا جواب یا مستقبل کے واقعات دیکھ لیا کرتے ہیں۔ سننے میں کچھ لوگوں کو اچانک کانوں میں کوئی آواز آ جاتی ہے جو ان کے سوال کا جواب ہوتی ہے یا انہیں کسی غلط کام سے روکتی ہے۔ مشہور فلاسفر سقراط کو بھی یہی آواز آیا کرتی تھی اور ہر غلط کام سے روکا کرتی تھی وہ اسے دیوی کی آواز کہتا تھا۔

محسوس کرنے میں لوگ کسی بھی سوال کا جواب اچھی یا بری کیفیت طاری ہونے پر محسوس کر لیا کرتے ہیں۔ پھر استخارہ، پنڈولم کے ذریعے، تاش کے پتوں کے ذریعے، آسٹرالوجی، رمل، جفر، روحوں کو بلانا وغیرہ اس کی مختلف صورتیں ہوتی ہیں۔ کشف کی مشق میں ذہن ریلیکس کر کے بیٹھیں، آنکھیں بند یا نیم بند کر لیں۔ پھر کوئی سا سوال پوچھیے۔ شروع شروع میں ایسا سوال ہو جس کا جواب ہاں یا نہ میں دیا جاسکے۔ مثلاً میں امتحان میں پاس ہوں گا یا نہیں۔ فلاں کام ہوگا یا نہیں۔

جو بھی جواب بغیر کوشش کے آپ کے ذہن میں سب سے پہلے آپ کے ذہن میں آئے وہی اس کا صحیح جواب ہوگا۔

کچھ عرصہ اس کی مشق کے بعد انسان جواب دیکھنے بھی لگ پڑتا ہے۔ جو کہ خواب کی ہی ایک صورت ہوتی ہے۔ انسان زیادہ مشکل سوال کی صورت میں اجتماعی لاشعور (Collective Unconscious) سے بھی جواب لینے کا اہل ہے۔

زیادہ تر لوگ چیزیں محسوس کرتے ہیں۔ انہیں اچھی یا بری محسوسات کے ذریعے چیزوں کا علم ہوتا ہے۔ جیسے جونہی کسی نے سوال پوچھا۔ اگر انہیں برا محسوس ہو تو اس کام سے باز رہنا چاہیے۔ اچھا محسوس ہو تو یہ کام کر لینا چاہیے۔ وہ اکثر ایسا اپنے دل کے مقام پر یا سامنے موجود

نے فرمایا ہے ”اے نبی ﷺ ان سے کہہ دو کہ میں غیب کے حالات نہیں جانتا اگر میں جانتا ہوتا تو بہت سانس حاصل کر لیتا“ یعنی آپ ﷺ کو بھی وہی معلوم ہوتا تھا جو اللہ تعالیٰ آپ ﷺ کو بتاتا تھا۔ اور قرآن پاک میں حضرت موسیٰؑ اور حضرت خضر کا واقعہ بھی موجود ہے جس میں حضرت خضر (یا جو بھی نام تھا) نے کشتی کو توڑا، لڑکے کو قتل کیا اور دیوار کو بغیر معاوضے کے تعمیر کیا۔ اور حضرت خضر کی ان باتوں کو حضرت موسیٰؑ جیسے بڑے رسول بھی نہ سمجھ سکے اور حیران ہوئے اور اس پر اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے کہ اے موسیٰؑ تم کچھ چیز کر سکتے ہو جو وہ (حضرت خضر) نہیں کر سکتے اور وہ (حضرت خضر) کچھ ایسی ہی کر سکتے ہیں جو تم نہیں کر سکتے۔

یہاں یہ مت بھولیں کہ حضرت خضر پیغمبر نہیں تھے۔ اوپر بیان کردہ کہانی کا خلاصہ یہ ہے کہ مستقبل کی پیشگوئی تو ممکن ہے مگر اللہ تعالیٰ ہی اسے سو فیصد جانتا ہے۔

اسکی شرعی حیثیت یہ ہے کہ مولانا مودودی صاحب نے مشہور پامسٹ ایم اے ملک صاحب کو ان کی کتاب ہاتھ کی زبان کیلئے اپنے ہاتھ کا پرنٹ دیتے وقت کہا تھا کہ یہ کبھی نہ کہیں کہ مستقبل میں ایسی بات ضرور ہوگی بلکہ یہ کہیں کہ اس بات کے ہونے کا امکان ہے تو پھر اس کا کوئی مذاقہ نہیں۔



دیوار وغیرہ پر دیکھ کر اسے محسوس کرتے ہیں یا کہیں بھی محسوس کر سکتے ہیں۔ گو جو طریقہ بھی آپ کو بہتر لگے وہی استعمال کریں۔ آپ بھی شروع میں اپنے دل کی طرف توجہ کر کے سوال کا جواب لے سکتے ہیں۔ اسمیں آپ نے جواب کا صرف انتظار کرنا ہے۔ جس میں بے صبری نہ کریں۔

اس طریقہ میں بھی کچھ لوگ سوال کی جگہ پر اچھی، بری یا سب سے نرم فیملنگ کو محسوس کر کے کسی بھی بات کا فوری اور صحیح جواب لے لیا کرتے ہیں۔ اہم بات یہ ہے کہ اس کو مشکل نہ مانیں۔

خود کو امتحان میں نہ سمجھیں۔ اس میں بڑا دعویٰ نہ کریں ورنہ ناکامی کی صورت میں انسان کو پہلے ہی شرمندگی کا ڈر ہوتا ہے۔ اور شرمندگی کا ڈر آپ کی صلاحیت کو چلنے ہی نہیں دیتا۔ اسی وجہ سے ہی اسلام نے ہر کام دعویٰ (غرور) کی ممانعت کی گئی ہے۔ کہیں ”اگر اللہ نے چاہا“ یا ”انشا اللہ“ شروع میں جھوٹی موٹی چیزوں کو معلوم کریں کہ مثلاً وہ جس شخص کو ملنے جا رہا ہے وہ ملے گا یا نہیں اسی قسم کے چھوٹے موٹے سوالوں کے جواب آپ کا یہ چینل کھولتے ہیں۔ کچھ لوگ اگر خود سے یہ سوال پوچھیں کہ کیا یہ کام ہوگا یا نہیں تو ایسے سوال پوچھنے کی صورت میں انہیں فوراً جواب محسوس ہو جاتا ہے۔

سب سے اہم چیز یہ ہے کہ آپ کشف کرتے وقت یہ ذہن میں رکھیں کہ میں کامیاب ہو جاؤں گا تو آپ اس میں کامیاب ہو جائیں گے۔ اور ناکامی کا سوچا تو اس میں ناکامی ہو گی۔ (بلکہ کسی بھی روحانی کام ہیلنگ، دعا، کرامت کا یہی اہم ترین اصول ہے)۔

جس بندے سے بھی آپ کی وابستگی مل گئی آپ اس کے خیالات سے کسی نہ کسی حد تک واقف ہو سکتے ہیں۔ اس کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ اس آدمی کے سائل کی کاپی کریں۔ جس طرح وہ بیٹھا ہے بیٹھ جائیں، اپنا ذہن خالی کر کے اس کا چہرہ اپنے چہرے کی جگہ پر تصور کریں۔ فوراً ہی آپ کو اپنے ذہن میں اپنی نارمل سوچ سے ہٹ کر کچھ اور ہی وابستگی محسوس ہوگی۔ یہ اسی شخصیت کی سوچ ہوگی۔ اسمیں آپ کے ذہن میں لفظ بھی آسکتے ہیں۔ سکون، بے سکونی، ڈر، غصے یا پیار کی

کیفیت بھی آسکتی ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ وہ شخصیت اس وقت اس کیفیت سے گزر رہی ہے اس وقت آپ سے جو سوال پوچھا مثلاً کیا یہ شخصیت حقیقی طور پر میرے لیے کیا جذبات رکھتی ہے؟ تو آپ کو فوراً ہی کوئی نہ کوئی کیفیت اپنے سر میں محسوس ہوگی۔ اگر وہ غصے کی کیفیت ہے تو وہ شخص آپ سے غصے میں ہے اگر پیار و سکون کی کیفیت ہے تو وہ دوست ہے۔ اس میں پہلے اپنے سر و دماغ کے اندر کی کیفیت کو محسوس کریں اور پھر کسی کا تصور کر کے فرق محسوس کریں اور نکالیں نتیجہ۔

کچھ لوگوں کو یہ جواب اپنے سر کے مختلف حصوں میں ہونے والی نرم یا سخت کیفیت اور کھنچاؤ کی صورت میں ملتا ہے۔ جو کچھ تجربے کے بعد آپ اپنے سر کے مختلف حصوں میں مختلف جوابات کی جگہ محسوس کر لیتے ہیں۔ مثلاً کسی شخص کا سوتے ہی دماغ کے بائیں طرف تھوڑا پیچھے اگر دباؤ اور کھنچاؤ محسوس ہو تو وہ شخصیت سوال کرنے والے سے ناکوناک آچکی ہے۔ اس دباؤ اور کھنچاؤ کی کیفیت کی شدت اس کیفیت کی شدت کا بتائے گی۔

کوئی کیفیت نہ محسوس ہو تو وہ شخص کسی قسم کی کوئی فیملنگ سوال کرنے والے کیلئے نہیں رکھتا۔ اس صورت میں اکثر آپ کو وہاں خالی جگہ سے محسوس ہوتی ہے۔

کچھ لوگوں کو سوال کرتے ہی کوئی آواز ہاں یا نہ کا جواب دے دیتی ہے۔ کچھ کو کوئی شعر یا جملہ ذہن میں آتا ہے جو اس سوال کا جواب ہوتا ہے۔

اسی طرح کچھ لوگوں کو جواب کی فلم سی نظر آنے لگ پڑتی ہے یہ کشف کی ایڈوانس اور بہتر صورت ہوتی ہے۔ گو اس میں ہمیں چاہیے کہ وہ جواب یا اس واقعہ کو یاد رکھنے کی کوشش نہ کریں۔ یاد نہ رکھنے کی صورت میں اپنے شعور کی مداخلت بہت ہی کم رہ جاتی ہے۔ اور انسان گہرے مراقبے کی کیفیت (ٹرانس) میں گہرا چلا جاتا ہے۔ اور وہ زیادہ تفصیل سے ہر چیز کا جواب دے لیتا ہے۔ کیفیت محسوس کرنے والے بھی جواب یاد نہ رکھیں تو نتیجہ بہتر آیا کرتے ہیں۔ اس صورت میں آس پاس موجود لوگ انکا جواب یاد کر لیں۔



روحانی علاج میں بھی یاد نہ رہنے کی کیفیت طاری ہو سکتی ہے۔ اس میں بھی نتیجہ بہت بہتر آتے ہیں۔

ایک اہم اصول وابہریشن کا ہے۔ جب بھی آپ کی وابہریشن کسی دوسرے کی وابہریشن سے ملے تو آپ کا اس سے کنٹیکٹ ہو جاتا ہے۔

کشف کی مشق اگر اپنے ورد و اذکار پڑھنے کے بعد کی جائے تو بہتر رزلٹ ملتے ہیں کہ اس وقت انسان انتہائی اونچی ذہنی انرجی پر ہوتا ہے اور کسی شخص کا سوچتے ہی اس کی کیفیت انسان پر طاری ہونے لگ پڑتی ہے۔ اس وقت انسان کا روحانی جسم (جسم مثالی) پوری طرح ایکٹو ہوا ہوتا ہے۔ وہ لاشعور کے ہر قسم کے پیغامات با آسانی لے لیتا ہے۔ اسی وجہ سے ورد و اذکار کے بعد میں مراقبہ کا تقریباً بھی صوفیاء نے بتایا ہے یہ لازمی کرنا چاہیے کشف کی مشق کے شروع میں اپنے بارے میں زیادہ معلوم کرنے کی کوشش نہ کریں دوسروں کو دیکھیں۔ اہم بات یہ بھی ہے کہ جس بھی چیز کی مشق آپ کچھ عرصہ کرتے رہتے ہیں آپ کا ذہن اسی ڈگر پر چلنے لگ پڑتا ہے کچھ عرصہ مشق کے بعد مراقبہ بھی آپ کیلئے آسان ہو جائے گا اور کشف بھی۔

ایک اہم بات یہ یاد رکھیں کہ ہر وقت اپنے ہر کام کیلئے کشف ہی نہ استعمال کرتے رہیں صرف اہم کاموں میں استعمال کریں ورنہ آپ کا یقین ڈانوا ڈول ہو جائے گا اور اسکیمیں خود اعتمادی ختم ہو جائے گی۔ لوگ کشف کو مستقبل کی باتیں جاننے کیلئے استعمال کرنے کو بھی معراج سمجھتے ہیں جب کہ اس کی مدد سے یہ بتانا فلاں کام یا ورد تمہارے لیے بہتر ہے اور تمہیں اس سے فلاں فلاں فائدہ اور فلاں کام یا ورد تمہارے لیے نقصان دہ ہے اسے چھوڑ دو۔ اس کا ایک بہتر استعمال ہے۔

اس کے علاوہ جس شخص کا بھی سوچیں روحانی جسم فوراً اس سے کنٹیکٹ کر لیتا ہے۔

اسی طرح جس قسم کا بھی جواب چاہیے با آسانی مل جاتا ہے۔

## کشف میں رکاوٹیں

سوال: میں عرصے سے ورد و اذکار کر رہا ہوں مگر کشف میں کامیابی نہیں ہو رہی اس کی وجہ بتائیے؟

جواب: کشف دراصل انسان کی فطری صلاحیت ہے۔ یہ انسان کے لاشعور کی معمولی سی صفت ہے۔ لیکن لاشعور پر شعور کا کنٹرول ہوتا ہے۔ شعور اپنی معلومات اپنے تجربات سے لیتا ہے۔ اس میں شعور اپنے دیکھنے، سننے، چھونے، چکھنے بولنے کی مدد سے اپنے تجربات کا ذخیرہ کرتا ہے۔ لاشعور ہر وقت ہماری مدد کی کوشش میں لگا رہتا ہے۔ لیکن اس پر شعور کی گرفت کی وجہ سے لاشعور کے پیغام ہمیں نہیں آ پاتے۔ مگررات کو سوتے وقت شعور کی گرفت لاشعور پر ختم ہو جاتی ہے اس وقت لاشعور اپنے پیغام ہمیں دینے لگ پڑتا ہے۔ سچے خواب اس کی اہم صورت ہے۔ (خوابوں کی تفصیل میری پہلی کتاب ”روحانیت، دانش اور حقیقتیں“ میں موجود ہے)

سچے خواب ہر شخص کو آ سکتے ہیں۔ مگر یہ صرف اسی کو آتے ہیں جو ان پر یقین رکھتا ہے۔ کچھ لوگ دن کے وقت بھی مراقبہ میں لاشعور سے شعور کی یہ گرفت کر کے خواب کی سی کیفیت میں چلے جاتے ہیں اور وہ جو چیز چاہیں اس کی معلومات لے لیتے ہیں۔ مراقبہ کے بغیر کچھ مشق کرنے والے ہاں نہ قسم کے جوابات لے لیا کرتے ہیں۔ اسی طرح کچھ لوگ عام صورت میں کچھ نہیں محسوس کر پاتے مگر خود سے سوال پوچھیں تو ان کو فوراً ہی جواب محسوس ہو جاتا ہے۔

کشف میں رکاوٹ کی بڑی وجہ سے انسان کا شک و شبہ ہوتا ہے کہ یہ کس طرح ممکن ہے کیا یہ اتنا ہی آسان ہوتا ہے؟ دوسرے لوگ اسے کیوں نہیں کر لیتے (مگر یہ اتنا ہی آسان ہے

(تو

انکا جواب یہ ہے کہ یہ انسان کی معمولی سی صفت ہے۔ انسان زمین پر اللہ کا نائب



(خلیفہ) ہے۔ جو جواب بھی خود بخود اور پہلے آئے وہی صحیح ہوتا ہے۔ بے صبری اس میں نہیں چلتی۔ ایک اور رکاوٹ اور بے صبری ہوتی ہے کہ ہم جواب فوراً چاہتے ہیں۔ مراقبہ کا اصل مطلب جواب کا انتظار ہے پھر ناکامی کی صورت میں شرمندگی کا ڈر ایک بڑی اہم ناکامی کی وجہ ہوتی ہے۔ اس کیلئے ضروری ہے کہ دعویٰ نہ کریں، غرور سے بچیں، شرمندگی کا احساس تو کشف کو بالکل جام کر دیتا ہے۔

جو لوگ عرصے سے کشف کی مشق میں لگے ہوئے ہیں اور کامیاب نہیں ہوتے وہ دراصل شروع میں الٹی سیدھی اور غلط مشقیں کر کے اس میں ناکام ہو چکے ہوتے ہیں اور پھر جھنجھلاہٹ کا شکار بھی ہو چکے ہوتے ہیں۔ کہ یہ کیوں نہیں ہوتا؟ اور جھنجھلاہٹ جس بھی کام میں ہو گی وہ کام شاذ و نادر ہی ہوگا۔ جھنجھلاہٹ کو ختم کریں تو کشف آنے لگ پڑے گا۔

پھر آپ جس کام کو بھی کرتے وقت ذہن میں یہ تصور رکھیں گے کہ آپ اس کام کو کامیابی سے کر لیں گے تو انشاء اللہ آپ کو اس میں کامیابی ہی ہوگی۔ دراصل ہر انسان میں ویر اور لوزر (ہار اور جیت) دونوں موجود ہیں آپ کشف محسوس کرتے وقت اگر خود کو ویر کی کیفیت میں لے آئیں تو آپ کو اسمیں کامیابی ہی ہوگی۔

## جھنجھلاہٹ سے لازمی بچیں

مثبت سوچ ایمان کا سب سے اہم حصہ ہے انسان مثبت سوچ سے ہی خود اعتمادی اور پھر یقین کامل (Faith) کی طرف بڑھتا ہے۔ مثبت سوچ نہ ہو تو عبادت کی برکت کو بھی آپ ضائع کر دیتے ہیں۔ بلکہ زیادہ عبادت (نفلی عبادتیں، ذکر و اذکار) کرنے والا اگر منفی سوچ کا شکار ہو جائے تو بڑی رفتار سے منفی نتائج کی طرف بڑھتا ہے۔ یعنی وہ جس چیز سے بھی ڈرے گا اسے رفتار سے اپنی طرف کھینچے گا۔ اور اگر خصوصاً وہ کسی وہم کا شکار ہو گیا تو اس کا بیڑا ہی غرق ہو جائے گا۔ کہ وہ دو عبادت زیادہ ذہنی توانائی (انرجی ونور) مہیا کرتی ہے اور اس کے بعد اگر آپ مثبت سوچوں کو ذہن میں گھمائیں تو مثبت نتائج بڑے جلدی ملیں گے۔ اور منفی چیزوں کو گھمائیں گے تو منفی نتائج بڑی جلدی ملیں گے مثلاً میں نے دوا ایسے کیس دیکھے جسمیں دو فیملیز کی چار پانچ بچیاں تھیں وہ بہت زیادہ درد و اذکار کیا کرتی تھیں۔ ان دونوں فیملیوں کی بچیوں کی دس سال سے شادیاں نہیں ہو پا رہی تھیں اور اسی وجہ سے وہ پہلے ناامیدی اور اس کے بعد جھنجھلاہٹ کا شکار ہو چکے ہیں۔ ایسے لوگوں کو یا تو جھنجھلاہٹ اور منفی سوچ بالکل ترک کرنی چاہیے یا درد و اذکار ختم کر کے صرف قرآن پاک پڑھنا چاہیے۔

جھنجھلاہٹ (Desperate) ہونا روحانیت میں آپ کو ناکامی کا شکار ہی کر سکتا ہے۔ فائدہ کوئی نہیں دے سکتا۔

بے شمار چیزوں میں خود میں نے بھی دیکھا کہ میں گھر، فیملی یا دوستوں میں تاش (رنگ ڈبل سر وغیرہ) کھیلتے وقت جب کسی وجہ سے جھنجھلاہٹ کا شکار ہوتا تھا تو اچھے پتے آنے ختم ہو جاتے تھے۔ جب جھنجھلاہٹ ختم ہو جاتی تو میرا گروپ پھر سے جیتنے لگ پڑتا تھا۔

اب کچھ لوگ یہ کہیں گے کہ پتے اچھے برے تو خود بخود ہی آتے ہیں اس کو آپ کس



طرح تبدیل کر سکتے ہیں تو اس کا جواب یہ ہے کہ دنیا میں ہر جگہ یہی ذہنی انرجی (ذہنی توانائی) کی گیم ہی چل رہی ہے۔ اس میں فطرت کی طاقتوں کی اپنی انرجی ہے اور انسانی سوچ کی اپنی۔ پیچھے باب انرجی کے اصول میں اس پر بات ہو چکی ہے۔

آپ تاش کے پتوں پر بھی اپنی ذہنی توانائی کی مدد سے اثر انداز ہوتے ہیں۔ آپ رولٹ اور لوٹو (Lotto) قسم کے جوڑوں میں بھی اپنے ذہن کی مدد سے اثر انداز ہوتے ہیں۔

زیادہ ذہنی توانائی رکھنے والا ہی اس میں جیتتا ہے۔

اس اصول پر میں سینکڑوں تجربات کر چکا ہوں یہ اصول اسی طرح کام کرتا ہے۔ بہر حال زیادہ ورد و اذکار کرنے والا منفی سوچ سے لازمی بچے ورنہ ورد و اذکار کم کر دے۔ عام زندگی میں بھی ہر شخص یہ اصول نہ بھولے کہ جہاں وہ جھنجھلاہٹ کا شکار ہوگا کامیابی اس سے دور ہو جائے گی۔ مالی اور مادی معاملات میں بھی اس اصول کو یاد رکھیں۔ جھنجھلاہٹ کا مطلب اس کیفیت سے ہے کہ یہ کام کیوں نہیں ہوا، کیوں نہیں ہوتا، یہ بے صبری کی سب سے ایڈوانس صورت ہوتی ہے۔ بہت سے لوگ جو برسوں روحانیت میں مصروف رہے ہیں اور روحانی ترقی یا کچھ چیزوں جیسے کشف وغیرہ میں ناکام رہے مجھے اس کیوجہ یہی جھنجھلاہٹ (کیوں نہیں ہوتا، کیوں نہیں ہوتا کی تکرار) ملی ہے اور اس کا علاج یہ ہے کہ اس جھنجھلاہٹ کو ختم کر کے صبر سے کام لیں اور توجہ دوسری طرف کر لیں۔ ورد و اذکار جاری رکھیں۔ انشاء اللہ کچھ ہی عرصے میں کامیابی ہوگی۔ اور جب بھی وہ جھنجھلاہٹ سے نکلے گا۔ وہی چیز کچھ دنوں میں ہی اس کے سامنے آنے لگ پڑے گی۔ انشاء اللہ

## فیتھ کے باوجود کام نہ ہونا اور اس کا علاج

کچھ لوگ یہ سوال کرتے ہیں کہ ان کی فیتھ بھی مضبوط ہوتی ہے پھر بھی ان کے کچھ کام نہیں ہو سکتے اس کی وجہ کیا ہے؟

جواب: فیتھ ہونے کے باوجود کام نہ ہونے کی دو تین وجوہات ہو سکتی ہیں۔ اس پہ پہلی یہ ہوتی ہے کہ آپ نے اندر سے یہ ماننا ہوتا ہے کہ موجودہ حالات میں ابھی آپ کا مطلوبہ کام پانچ چھ سال میں (یادیر سے) ہوگا۔ دراصل یہ اتنی دیر سے کام ہونے یا حالات تبدیل ہونے کا سوچنا آپ کے دلیلی دماغ کی توجہ ہی ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کا کام چند ہفتے میں یا بڑی جلدی کر سکتا ہے۔ اس اندر کے پروگرام کو صحیح کریں اللہ پر یقین اور پھر خود پر فیتھ کی مدد سے آپ یہ کام بڑے تھوڑے وقت میں کر سکتے ہیں۔ کسی بھی کام کے لئے اندر کی بے یقینی کو دور کرنا بڑا ضروری ہوتا ہے۔

ان میں سے پہلی انرجی کے اصول میں بیان ہو چکی ہے۔ کہ مثلاً آپ اس کوشش میں ہیں کہ فلاں کام (یا جاب) آپ کو مل جائے۔ اور فیتھ (یقین کامل) ہونے کے باوجود یہ آپ کو نہیں ملتا۔ اس کی پہلی وجہ یہ ہو سکتی ہے کہ دوسرے لوگ اس کام (جاب یا کنٹریکٹ) کو حاصل کرنے میں لگے ہوئے ہیں۔ جس کی روحانی توانائی (نور) زیادہ ہو وہ کام اسی کو ملے گا۔

دوسری وجہ یہ بھی ہو سکتی ہے کہ وہ کام آپ کیلئے بہتر نہ ہو۔ اللہ نے آپ کیلئے اس سے بہتر کام مستقبل میں تیار رکھا ہو۔ قرآن پاک میں ہے کہ ایک کام کو تم اپنے لیے بہتر سمجھتے ہو وہ تمہارے لیے اچھا نہ ہو اور ایک کام کو تم اپنے لیے برا سمجھتے ہو وہ تمہارے لیے اچھا ہو تم اسے نہیں جانتے مگر اللہ جانتا ہے۔ (سورۃ البقرۃ آیات ۲۱۵-۲۱۶)

پھر جس کام میں بھی آپ جھنجھلاہٹ کا شکار ہو جائیں وہ کام نہیں ہوگا۔ یعنی خواہ مخواہ ذور مت لگائیں۔ جھنجھلاہٹ کشف میں ہو تو کشف کبھی نہیں ہوگا۔

جھنجھلاہٹ پیسے کے معاملات میں ہو تو پیسے نہیں آتے ان میں ناکامی ہوتی



ہے۔ غرضیکہ روحانی علاج، کشف، دعا جس بھی معاملے میں جھنجھلاہٹ ہوگی وہ کام شاذ و نادر ہی ہوگا۔ کبھی کبھی سالک غصے میں آکر کچھ کہہ دے یا کام کرے تو وہ کام ہو جاتا ہے مگر صبر کرنے کی صورت میں کام بہتر طریقے سے ہوتا ہے اس کا علاج یہ ہے کہ اسکو اللہ پر چھوڑ دیں اور اس کی طرف سے بے فکر ہو جائیں پھر تھوڑے ہی دنوں میں وہ کام یا وہ چیز خود بھی سامنے آجائے لگ پڑے گی۔

اس میں سدھارتھ (مہاتما بدھ) کی نروان ملنے کی داستان ہمارے لیے ایک بہت اچھا اور دلچسپ سبق ہے۔ سدھارتھ نے نروان حاصل کرنے کیلئے اپنا تخت و تاج چھوڑا اپنی نوجوان بیوی اور نو مولود بچے کو چھوڑ کر وہ نروان (دائمی سکون) کی تلاش میں لگ گیا۔ اس تلاش میں وہ جنگلوں، پہاڑوں، صحراؤں میں ہر جگہ گیا، وہاں کے بھی مشہور استادوں اور گوروؤں کا پیلا بنا۔ گوروؤں کی ہدایت پر پوری طرح اور صحیح طریقے سے عمل بھی کیا، ہر طرح کی روحانی مشقیں کیں، بہت سے کشت کائے مگر کچھ بھی حاصل نہ ہوا۔

ہر ناکامی کے ساتھ اس کی جھنجھلاہٹ بڑھتی ہی جا رہی تھی۔ پھر وہ ایک دن ہر طرف سے تھک ہار کر سب امیدیں اور خواہشیں منقطع کر کے ایک برگد کے درخت کے نیچے بیٹھ گیا سب ڈر، لالچ، خواہشات اور امیدیں منقطع کر دیں۔ سب جھنجھلاہٹ ختم کر دی پھر چند ہی دنوں میں اسے وہ روشنی اور نروان مل گیا۔

گوروؤں کے سبق اور سدھارتھ کی اپنی محنت اور لگن اس کے اندر کی روحانی انرجی کو جگا چکی تھی مگر اس پر جھنجھلاہٹ کا پردہ تھا جب یہ پردہ اٹھا تو وہ بدھ (نروان ملا ہوا) بن گیا۔

آپ میں سے جو لوگ برسوں روحانی شغلوں، چلوں اور کشف وغیرہ میں مصروف ہیں اور اس میں کامیابی نہیں پا رہے وہ بھی اپنے دل سے اسی طرح جھنجھلاہٹ ختم کریں، سب لالچ ڈر اور خوف چھوڑ دیں پھر آپ کے اندر کا جمع شدہ نور خود ہی راستہ بنا لے گا۔

ہر عبادت کرنے والے کے اندر اتنا نور ہوتا ہے کہ وہ یہ سب چیزیں حاصل کر سکتا ہے۔

## آمدنی اور خرچہ

آپ کا خرچہ آپ کی آمدنی سے زیادہ نہیں ہونا چاہیے۔ مگر کم بھی نہیں۔ کنجوس وہ شخص ہوتا ہے جو دوسروں کیلئے گدھے کی طرح کام کرتا ہے۔

عام کلیہ یہ ہے کہ آمدنی صحیح ہو تو اپنی آمدنی کا 70 فیصد سے کچھ (آدھے سے زیادہ) ری انوسٹ کریں باقی سے اپنا گھریلو خرچہ چلائیں۔  
10 فیصد کو مستحق لوگوں کی مدد میں دیں۔

10 فیصد کو قرض حسنہ وغیرہ کی صورت میں دے سکتے ہیں۔  
10 فیصد کو اپنے من پسند شغل (کپڑے یا باہی کی چیزیں ریفریشنٹ وغیرہ) میں خرچ کریں۔

پیسہ کا استعمال یہ ہے کہ آپ کا اچھا گھر ہو، صحیح کپڑے اور کھانا پینا ہو۔ ٹرانسپورٹ وغیرہ کی چیز موجود ہو۔ بچوں کی اچھی تعلیم و تربیت کے پیسے موجود ہوں۔

باقی پیسے تو آپ کسی دوسرے کیلئے ہی کما رہے ہیں۔ ان ضرورتوں سے قاتلو پیسے کمانے میں کوئی حرج نہیں مگر یہ پیسہ آپ زیادہ سر دردی سے کم قیمت پر ہی کمائیں تو دانشمندانہ اقدام کہلائے گا۔ اکثر زیادہ پیسے یا پاور کا ہونا آپ کے دشمن بھی بڑھا دیتا ہے۔

لوگ روحانیت کو زندگی سے فرار بھی کہتے ہیں اور بہت سے کیسوں میں یہ بات درست ہوتی ہے۔ مگر اسلام کی روحانیت کا مطلب اپنا دنیاوی کام پوری طرح کرتے ہوئے روحانیت میں مصروف رہنا ہے۔ یہ زندگی سے فرار نہیں بلکہ زندگی کے اصل معنی ہیں۔

صحیح روحانی آدمی اپنا سب دنیاوی کام کاج بھی عام لوگوں سے بہتر طریقے سے کرتا ہے۔ اور اپنی مخفی صلاحیتوں (اپنی روحانی صلاحیتیں) کو بھی بہتر طریقے سے استعمال کر سکتا ہے۔ یہ



## مثبت سوچ کا شوق کم کیوں؟

میرے دوست عبدالحق درویش صاحب (چکوال) گلے کر رہے تھے کہ عام لوگ ان کی خود کو بہتر کرنے کی باتوں (Self-Improvement) پر دھیان کم کیوں دے رہے ہیں؟ میں انہیں کہہ رہا تھا کہ ”ان باتوں کو سمجھنے کیلئے انسان کا باشعور ہونا تو ضروری ہوتا ہے جو کہ چھوٹے شہروں میں کم ہی لوگ ہوا کرتے ہیں۔ مگر ساتھ ساتھ ہی وہ لوگ آپ کی باتیں غور سے سنیں اور یاد رکھیں گے جو کہ خود بھی استاد بننا چاہتے ہیں اس لیے ایسے نوجوان ڈھونڈو جو خود استاد بننا چاہتے ہیں اور انسانیت کی رہنمائی کرنا چاہتے ہیں“

عام لوگ اپنی دلچسپی کی چیزوں کے علاوہ دوسری چیزوں میں گہرا جانا پسند نہیں کرتے بلکہ بور ہو جاتے ہیں اس کی ایک وجہ یہ بھی ہوتی ہے کہ کسی بھی نئی چیز کو سیکھنے اور یاد رکھنے میں دماغ کو محنت کرنی پڑتی ہے اور لوگوں کو اسی وجہ سے ان چیزوں سے الجھن ہونے لگ پڑتی ہے وہ ان چیزوں سے کترانے لگ پڑتے ہیں صرف اپنی پسندیدہ چیزوں کو سیکھنے میں دماغ کسی قسم کے کچاؤ کا شکار نہیں ہوتا۔

خود میں نے یہ دیکھا ہے کہ ہمارے مولوی حضرات کو بھی مثبت سوچ کا بہت ہی کم علم ہوتا ہے، حالانکہ ایمان مثبت سوچ کا ہی نام ہے۔

جبکہ مغرب کے عیسائی، پادری وغیرہ نہ صرف اس کے واقف ہوتے ہیں بلکہ وہ ان باتوں کو اپنے حلقے (Followers) میں بھی سکھاتے رہتے ہیں۔ پھر ان کا یہ پیغام نیچے ہر بندے تک پہنچ جاتا ہے۔

ہمیں مثبت سوچ کو جو کہ ایمان (یقین) اور امید کا پکا حصہ ہے اور ہمارے مذہب کا بنیادی جزو ہے۔ دین کے اس پہلو کو ہمیں میٹرک کے سلیبس میں دینیات کے ساتھ لازمی شامل کرنا چاہیے۔ کہ اس عمر میں بچے اس چیز کو سمجھنے کے کافی حد تک قابل ہو چکے ہیں۔ خود میری پاکستان کے ماہرین تعلیم سے درخواست ہے کہ یہ عمل صحیح طریقے اور جلد سے جلد کیا جائے۔ جب یہ شروع کر دیا گیا تو اس کی بہتر صورت خود ہی بنتی چلی جائے گی۔

صلاحیتیں انسان کو اللہ نے اس زمین پر اپنا خلیفہ ہونے کی حیثیت سے عطا کی ہیں۔ اور یہ بے پناہ طاقتور صلاحیتیں ہیں۔

میرا سخرہ دوست قلندر رور ہا ہے کہ ”ہم میں سے اکثر پاکستانیوں نے زندگی کو اتنا سخت لیا ہوا ہے کہ بقول انکل غالب

یا خدا مجھے مسلمانوں کی طرح جینے اور کافروں کی طرح مرنے سے بچا۔ بلکہ ان میں سے بہت سے لوگوں نے زندگی کو اتنا دشوار تصور کیا ہوا ہے کہ اگر کوئی ان کو قتل کر دے تو یہ جیسے ان کی ایک بڑی مدد ہی کہلائے گی۔ شاید یہ لوگ مہاتما بدھ کے پیروکار ہیں جس کا کہنا تھا کہ یہ زندگی ایک سزا ہے۔

زندگی کو سمجھ لو تو زندگی خدا کا ایک تحفہ ہے، ایک نعمت ہے، ایک پھول ہے۔ نہ سمجھو تو یہ کشت (سزا) میں ہی تبدیل ہو سکتی ہے“

اصل بات یہ ہے کہ زندگی کا شعور حاصل کریں اور مثبت سوچ پر رہیں۔



## سٹرپس سے لازمی بچیں

صحت مند رہنے کیلئے سٹرپس سے بچیں اور ہر وقت ریلیکس رہیں۔ سٹرپس اور غلط خوراک ہی ہر بیماری کی بڑی وجہ (اکثر واحد وجہ) ہوا کرتے ہیں۔ بلکہ صرف ریلیکس ذہن ہی صحیح خوراک کی حس سے کام لیتا ہے۔ اور فطرت کے اصولوں کو بھی محسوس کرنا اور سمجھنا شروع کر دیتا ہے۔ نروس اور سٹرپس زدہ ذہن ایسا نہیں کر پاتا۔ فطرت کے اصولوں کا احترام کرنے والا شاذ و نادر ہی بیمار ہوتا ہے۔ بیماری دراصل فطرت کے اصول توڑے جانے کا ہی نام ہے۔ اور ان پر واپس آنا صحت مندی ہے۔ میرے تجربے میں یہ آیا ہے کہ ایلو پیتھک ڈاکٹروں کے پاس صرف اس وقت جانا چاہیے جب کوئی ناقابل برداشت تکلیف ہو یا جان خطرے میں نظر آئے کہ ایلو پیتھک دواؤں کی ایک ہی تاثیر کی گارنٹی ہوتی ہے۔ اور وہ گارنٹی ان کے سائیڈ ایفیکٹس (مضر اثرات) کی ہوتی ہے۔

یعنی جو بھی ایلو پیتھک دوائی آپ لیں گے وہ بیماری کو تو شاید ٹھیک یا کم کر پائے مگر اس کے سائیڈ ایفیکٹس آپ پر لازمی ہونگے۔ اور اس بیماری سے صحت یابی کے بعد بھی بڑا عرصہ آپ کے جسم میں رہیں گے اور آپ کو کئی قسم کی تکلیفوں میں لازمی مبتلا کریں گے۔ یہ نتائج میں محض اپنے اندازے سے نہیں بلکہ مغرب میں برسوں رہتے ہوئے ان کے ماہرین صحت سے بات چیت کرنے، اپنے برسوں کے مریضوں کے انرجی سے علاج (Megnetic Healing) کرنے کے دوران اخذ کیں۔ پھر انگلینڈ اور امریکہ وغیرہ میں چھپنے والی مشہور صحت کی کتابوں میں بھی بار بار لکھی ہوئی پڑھی ہیں۔

مگر دنیا میں فارماسیوٹیکل مافیا کی گرفت بہت مضبوط ہے اور انہوں نے کھربوں ڈالر اپنی تحقیقات میں خرچ کر کے اس رقم کو تو بیسیوں گناہ واپس وصول کرنے کے چکر میں ہیں امریکہ میں انکم کے لحاظ سے I.T اور تیل کی تجارت کے بعد فارماسیوٹیکل انڈسٹری تیسرے نمبر پر ہے۔ لیکن ایلو پیتھک دواؤں کے نتائج مایوس کن ہیں۔ یہ دوائی دینے والے اور دوائی کھانے

والے کے نتائج زیادہ تر دونوں کے اعتقاد پر ہی انحصار کرتے ہیں۔ اس پر قلندر کچھ کہہ رہا ہے۔ آپ بھی سنیں۔

”میرے ماموں اپنے گاؤں کے کامیاب ترین حکیم تھے انہوں نے ایک عجیب و غریب جادوئی قسم والا سفوف ایجاد کیا تھا جب وہ اس سفوف کو چھانچ کی شیشی میں ڈالتے تھے تو یہ بھینسوں کو دینے کی دوائی بن جاتی تھی۔ پانچ انچ کی شیشی میں ڈالتے تھے تو مرغیوں کو دینے کی دوا بن جاتی تھی۔ چار انچ کی شیشی میں ڈالتے تھے تو انسان کے پیٹ کے درد کی دوا بن جاتی تھی۔ تین انچ کی شیشی میں ڈالنے کے بعد وہ بچوں کے بخار کی دوا بن جاتی تھی۔ دو انچ کی شیشی میں تو سیکس کی معجون بن جایا کرتی تھی۔ اور ایک انچ کی شیشی میں وہ سرمہ نور چشم ہوا کرتا تھا۔ ساتھ انہوں نے لکھا ہوا ہوتا تھا شفاء من جانب اللہ۔

بہر حال اس جادوئی سفوف کی بدولت ان کا کاروبار بڑے زور و شور اور بڑی کامیابی سے چلتا تھا۔

اس کتاب کے لکھنے کے دوران ہی میری اسلام آباد میں ڈاکٹر علی محمد صاحب سے فون پر بات ہو رہی تھی۔ ڈاکٹر محمد علی صاحب مری روڈ راولپنڈی پر او جزی کیمپ کے علاقے میں اپنا کلینک اور ہومیو پیتھک کالج چلا رہے ہیں۔ صرف سو روپیہ فیس لے کر تشخیص اور دوائی دونوں دیتے ہیں۔ اللہ نے ان کے ہاتھ میں بڑی شفاء رکھی ہے۔ وہ بڑی انسان دوست شخصیت ہیں۔ میں نے ان سے کہا کہ ہم لوگ بیماری کی بڑی بڑی وجوہات تین ہی بتاتے ہیں۔

1۔ سٹرپس 2۔ غلط خوراک 3۔ ورزش نہ کرنا

اس میں بھی درحقیقت سٹرپس (ذہنی دباؤ و پریشانی) کا ہی اصل کردار ہوتا ہے کہ اگر آپ کسی کو بہت اچھی اور صحت مند خوراک دیں اور ساتھ ہی سٹرپس ہو تو کیا وہ بیمار نہیں ہو جائے گا۔ ڈاکٹر علی محمد یہ کہنے لگے ”ہاں وہ بیمار ہو جائے گا“ اس پر میں نے بات اور آگے بڑھائی اور کہا کہ اگر آپ کسی کو پوری طرح ورزش کرائیں اور اسے سٹرپس ہو تو کیا وہ بیمار نہیں ہو گا۔ ڈاکٹر



صاحب کہنے لگے ”ہاں وہ بھی بیمار ہو جائے گا“

اس پر میں نے کہا، اگر آپ کسی کو بہترین خوراک اور بہترین ورزش بھی کروائیں اور سٹریس ہو تو پھر بھی وہ بیمار نہیں ہوگا؟ ڈاکٹر صاحب کا جواب اس پر بھی ہاں میں تھا کہ وہ بیمار ہو جائے گا۔

میں نے ان سے کہا کہ کچھ لوگ ساری عمر غلط خوراک کھاتے ہیں وہ بیمار نہیں ہوتے کچھ ساری عمر ورزش کے قریب نہیں جاتے وہ بھی بیمار نہیں ہوتے۔ انسان کی بیماری میں دراصل سٹریس کا ہی اہم ترین کردار ہوتا ہے۔ غلط خوراک یا ورزش کی کمی دراصل تیس فیصد کے قریب ہی اثر کرتی ہے۔ سٹریس ان کے پیچھے ستر فیصد کام کر رہا ہوتا ہے۔ اور انسان بیمار ہو کر ڈاکٹر کے پاس پہنچ جاتا ہے۔ پھر ایک آدھ برس کے بعد سٹریس تو سامنے نہیں رہتا لیکن بیماری باقی رہتی ہے اور ڈاکٹر جب مریض سے پوچھتے ہیں تو وہ اس وقت تک پرانے سٹریس سے نکل چکا ہوتا ہے تو ڈاکٹر اس کی وجہ غلط خوراک اور جسمانی ورزش نہ کرنا ہی قرار دیتے ہیں۔

حالانکہ بیماری کی اصل وجہ سٹریس ہی ہوا کرتا ہے۔

اب میں یہاں ایک بات واضح کر دینا چاہتا ہوں کہ خوش رہنا اور چیز ہے اور سٹریس کا سامنا کرنا اور اس کا مقابلہ کرنا اور چیز ہے۔ سٹریس کو مقابلہ کرنے کی ترکیب مختصر اس طرح ہے کہ زندگی میں پریشانیاں تین قسم کی ہوتی ہیں۔

ایک جو قابل حل ہوتی ہیں، دوسری آدھی حل ہو سکتی ہیں، جبکہ تیسری ناقابل حل۔ مثلاً اگر آپ کے پاس کوئی روزگار نہیں تو اس کا حل یہ ہے کہ کوئی نوکری تلاش کریں یا کوئی ہنرمند قسم کا ورک کرنا شروع کر دیں۔ آپ اس کے حل کی طرف چل پڑیں گے۔

دوسری قسم کی مثال اس طرح ہے کہ آپ نے کسی کا بڑا قرض دینا ہے تو اس کے بھاگنے کے بجائے قرض خواہ سے قسطیں کر لیں۔ وہ اس پر مان جائیں گے۔ یہ اس کا آدھا حل ہوتا ہے۔

اس طرح تیسری مشکل جو ناقابل حل ہوتی ہے جیسے آپ کی ماں یا بیٹی لا علاج بیماری

میں مبتلا ہے۔ اس کا کوئی علاج نہیں ہے تو بجائے اس کے آپ خود بھی اس غم میں گھل گھل کر خود کو بیمار کر لیں ایسے کریں خود اس غم کو دل پر نہ لیں اور ہر وقت اسے اٹھائے پھرتے نہ رہیں۔ وقت خود ہی اس کا کوئی حل نکال دے گا۔

اگر آپ خود خوش رہیں گے تو آپ اپنی ماں یا بیٹی کو بھی ہنسائے کھلاتے رہیں گے۔ اور خود پیسے کما کر اس کا کچھ نہ کچھ دوا دارو کریں گے۔ خود بیمار ہو کر تو آپ اس مسئلے کو چار گنا زیادہ بڑھا لیں گے۔

یاد رکھیں! آپ کا پریشانی سے سامنا کرتے ہوئے ذہنی ٹینشن میں آ جانا اس پریشانی کا علاج نہیں ہے۔ خود پریشان ہو کر تو آپ کسی بھی پریشانی کو مشکل بلکہ ناقابل حل بنا لیتے ہیں۔ پریشانی کا سامنا بلند حوصلہ ہو کر کریں۔ اگر آپ نہ گھبرائیں اور اللہ پر امید رکھیں تو اس کا کوئی نہ کوئی حل یا صحیح مشورہ ضرور مل جائے گا۔ قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ اللہ کی رحمت سے ناامید نہ ہو کہ خدا کی رحمت سے بے ایمان لوگ ہی ناامید ہوتے ہیں (سورۃ یوسف۔ ۸۷) ہر حالت میں خوش رہنا ہی آپ کے اور آپ کے آس پاس کے لوگوں کیلئے بہتر ہے۔ خوش رہنا سیکھنا اور دوسروں کو سکھانا عبادت ہے۔ یہ دنیا کو اچھی جگہ بنانے کی طرف ایک بڑا دلچسپ اور عملی اقدام ہے۔

ہر بڑی پریشانی کی صورت میں پہلے یہ دیکھیں کہ یہ پریشانی آپ کو کہاں تک لے جاسکتی ہے اس کی نیچے سے نیچے کی حد کہاں تک ہے۔ پھر آپ اس کی بہتر سے بہتر حد دیکھیں۔ اب آپ بدترین کیلئے بھی خود کو تیار کر لیں اور اچھے سے اچھے کیلئے بھی۔ جب آپ بدترین حالت کیلئے بھی ذہنی طور پر تیار ہوں گے تو پھر آپ کے ذہن سے اس کا خوف نکل جائے گا۔

سٹریس لینا اسلئے بھی غلط ہے کہ جو چیز سٹریس دے رہی ہے وہ تو چند ہی دنوں یا ہفتوں میں ختم ہو جاتی ہے مگر سٹریس کی وجہ سے ہونیوالی بیماری آپ کے ساتھ مستقل طور پر رہتی ہے۔ اس لیے اسے کبھی دل پر نہ لیں۔



## قرآن پاک باترجمہ پڑھنا

میرے اپنے محترم دوست کرنل (ر) خالد فاروق صاحب (ڈائریکٹر پریسٹو پبلک سکول، چکوال) سے بات ہو رہی تھی کہ ایک دوست قرآن پاک کا اس رمضان المبارک کے دنوں میں صرف ترجمہ پڑھنا چاہتے ہیں۔ ان کو کیا کہا جائے؟ وہ کہہ رہے تھے کہ قرآن پاک کی تلاوت کا حکم تو عربی زبان میں ہے مگر اسے سمجھ کر پڑھنا زیادہ ثواب کا کام ہے۔

ان کی یہ بات بالکل صحیح تھی کہ کسی بھی زبان میں ترجمہ کرنے سے اصل مطلب میں بیس فیصد تک فرق پڑ جاتا ہے۔ تین ترجموں کے بعد کیا حالت ہوگی۔ آپ خود یہ تصور کر سکتے ہیں اسی وجہ سے قرآن پاک کو عربی زبان میں پڑھنے کا حکم ہے۔

لیکن ساتھ ہی میری رائے یہ بھی تھی کہ قرآن پاک پڑھنے کا حکم تو واقعی عربی میں ہی ہے مگر آپ اس کا ترجمہ بھی پڑھتے ہیں اور سیکھنے سمجھنے کی نیت سے پڑھتے ہیں تو اس کا بھی اپنا ثواب ہے۔ مگر بغیر سمجھے پڑھنے سے سمجھ کر پڑھنے کا بہت زیادہ ثواب ہوتا ہے۔ پھر اس کا سبھی احکامات کو سمجھ کر ان پر عمل کرنے کی بے پناہ برکت ہوتی ہے یہ احکامات صرف شرک سے بچنا، نماز، روزہ، زکوٰۃ جیسے اہم فرائض کے علاوہ چھوٹے چھوٹے احکامات بھی ہیں جیسے فخر و غرور، غصہ اور بدگمانی سے بچنا قسم کے اور بھی بہت سے ہیں اور ان پر بھی عمل کا حکم ہے۔

اس کی عقلی دلیل یہ ہے کہ قرآن پاک کا اپنی اصلی زبان عربی میں پڑھنا بہت زیادہ پر تاثیر ہوتا ہے۔ اگر آپ شاعری کی زبان میں دیکھ لیں تو یہ دنیا کی سب سے بہترین شاعری ہے۔ ترجمہ پڑھنے کی صورت میں یہ شاعری اور لہر بھی ختم ہو جائے گی۔ یہ قرآن پاک کا اعجاز ہے کہ اسے جتنی بار پڑھیں کوئی بوریٹ نہیں ہوتی بلکہ التامزید پڑھنے کو دل کرتا ہے۔ دنیا میں ہر چیز کی اپنی اپنی تاثیر (واہریشن) ہے۔ قرآن پاک کی آیتوں کو ایک ہی زبان میں دنیا کے سبھی ملکوں میں چودہ سو سالوں سے پڑھا جا رہا ہے۔ اس کی ایک ہی واہریشن (ارتعاش و نور) ہوتی ہے جو

بھی ان آیتوں کو پڑھتا ہے اسی نور میں نہا جاتا ہے۔ ایک ہی واہریشن رکھنے والے دنیا میں کہیں بھی ہوں ذہنی اور روحانی طور پر ایک ہو جاتے ہیں۔ اور اسی واہریشن کی مدد سے آپ اپنی جسمانی، ذہنی اور روحانی بیماریوں کا علاج بھی کر سکتے ہیں۔ اور اللہ کی دی ہوئی اور بھی نعمتوں سے مستفید ہوتے ہیں۔ اس متحدہ نور کو صوفی بھی استعمال کرتے ہیں۔

ان کی واہریشن (نور) اس دنیا میں ہر جگہ موجود ہے۔ آپ اس کی تلاوت کرتے ہیں تو اس جگہ اس کی برکت پھیلنے لگ پڑتی ہے۔ دوسری زبان میں پڑھنے سے وہ تاثیر، وہ برکت نہیں ہو پاتی۔ جیسے لگا تار ”لا الہ الا اللہ“ کو پڑھیں تو اور تاثیر ہے اور ”خدا کے بغیر کوئی معبود نہیں“ کو پڑھنے کی تاثیر اور ہوگی۔ یہ پہلی کے مقابلے میں بہت کم فائدہ دے گی۔

قرآن پاک کی ہر آیت میں ایک مخصوص اور اکثر دو مخصوص الفاظ (ا، ب، ج، دو وغیرہ) بار بار دہرائے جا رہے ہیں۔ ہر آیت کا پڑھنا باعث برکت ہے مگر علیحدہ علیحدہ تاثیر رکھتا ہے۔ کچھ لوگ انہیں آیتوں کے موکل فرشتے بھی کہتے ہیں۔ اسے ٹھہر ٹھہر کر اور ریلیکس ذہن کے ساتھ پڑھنا چاہیے۔ سخت جلدی اور زور ہو کر زیادہ دیر پڑھنے میں انسان کے اعصاب بجائے سکون حاصل کرنے اور طاقت و توانائی حاصل کرنے کے کھنچ جاتے ہیں۔ اور انسان کو الٹا تھکا دیتے ہیں۔ جبکہ ٹھہر ٹھہر کر اور سکون کی حالت میں پڑھنے سے یہ انسان کو بہت زیادہ توانائی دیتے ہیں۔

اور یہ توانائی آس پاس بھی ریلیکس اور سکون و آرام کی صورت میں پھیلتی ہے۔ اور ویسے بھی جس انسان میں جتنی زیادہ توانائی ہو وہ دنیا میں ہر کام دوسرے لوگوں سے بہتر طریقے سے کر سکتا ہے۔ بشرطیکہ وہ مثبت سوچ کا مالک ہو۔ ایسا وردیا تلاوت کرنے والا اگر منفی سوچے تو وہ عام انسان کی نسبت کئی گنا زیادہ رفتار سے انہی سوچی گئی منفی چیزوں کی طرف بڑھنے لگ پڑے گا۔ اور مثبت چیزیں سوچنے والا تھوڑے ہی عرصے میں ان سبھی اچھی چیزوں کو پانے لگ پڑے گا۔ اس لیے ورد اور زیادہ تلاوت قرآن پاک کرنے والے کو چاہیے کہ وہ ہر حالت میں

مثبت رہے۔



## پرویز (لاہوری) صاحب اور روحانیت

ایک دفعہ چکوال میں ہی پرویز لاہوری صاحب کی بات ہو رہی تھی۔ خود میں نے پرویز صاحب کو چند سال پہلے بغور پڑھا۔ پرویز صاحب کے خیالات اور ان کی بہت سی باتوں میں بڑا وزن ہے۔ گو ایک آدھ غلطی تو ہر مفسر ہو جایا کرتی ہے۔ ہماری بات کا موضوع پرویز صاحب کے اسلام میں روحانیت کے انکار سے متعلق تھا۔

پرویز صاحب نے اس روحانیت (در اصل جسمانی امراض کے روحانی علاج کے علاوہ باقی روحانیت) سے انکار کیا ہے۔ اس کی وجہ یہ تھی کہ چوہدری غلام پرویز صاحب نے اپنی کتاب میں بھی یہ لکھا ہے کہ بچپن سے ہی وہ اپنے بزرگوں (نانا، دادا وغیرہ) کے زیر سایہ اسلامی روحانیت بھی سیکھتے رہے۔ اور ایک مشہور ہندو گورو کے شاگرد رہے۔ مگر انہیں روحانیت میں صرف جسمانی امراض کا علاج (دم) ہی حاصل ہو سکا اور وہ اسے خاصی کامیابی سے کچھ عرصہ کرتے رہے۔

اور چونکہ یہ دم تو دوسرے مذاہب والے بھی کر لیتے ہیں اس لیے اس میں کوئی ایسی خاص بات نہیں۔ پھر انہیں دوسرے ہندو پنڈتوں سے واسطہ بھی رہا۔ جو کہ روحانی کرب دکھا لیتے تھے۔ اور درحقیقت یہ کرب نظر بندی (ہیپناٹزم) ہوا کرتی تھی۔ ان کربتوں (نظر بندی) وغیرہ کی حقیقت کو سمجھنے کے بعد انہوں نے بھی روحانیت کو (اور اسلامی) کو بھی نظر بندی تک ہی محدود تصور کر لیا۔ یا پھر روحانی علاج تک محدود سمجھا۔ اور اسلام کی عملی روحانیت کی بالکل نفی کر گئے۔

میں آپ کو سمجھانے کیلئے یہ مثال دیتا ہوں کہ اگر کوئی آدمی اپنے علم کے زور پر ایک دس بارہ من کے درخت سے تنے کو ہوا میں بغیر واسطے کے اٹھا لیتا ہے اور بعد میں وہ درخت واپس اسی جگہ پر چلا جاتا ہے تو یہ نظر بندی ہو سکتی ہے۔

لیکن اگر وہ درخت وہاں پہلے دائیں طرف پڑا ہوا تھا اور اب بائیں طرف چلا گیا ہے تو

پھر تو کوئی چیز عملی طور پر ہوئی ہے۔

یا پھر جیسے کچھ روحانی لوگ اپنے شاگردوں کو مراقبے میں ساتھ لیکر خانہ کعبہ یا اہل تشیع حضرات زیارتوں پر عراق وغیرہ لے جاتے ہیں اور وہاں باقاعدہ طواف وغیرہ بھی کرتے ہیں۔ تو اگر وہ لوگ واپس آتے وقت آب زم زم ساتھ لیتے آئیں یا کربلا کی مٹی ساتھ لیتے آئیں پھر تو انہیں صحیح ماننا ہی پڑے گا۔ ہمارے بیشتر روحانیت میں مصروف لوگ انہی چیزوں کو اور حضوری کو روحانیت کی معراج سمجھتے ہیں۔ اگر وہ ساتھ کچھ واپس لے آئیں تو پھر تو ہم بھی ان کے معتقد ہو جائیں گے۔

انسان جب ذکر و اذکار کی مدد سے روحانی ترقی شروع کرتا ہے تو سب سے پہلے اس کو اپنی عبادت کا اثر محسوس ہونے لگ پڑتا ہے۔ اس عبادت میں مزہ بھی آنے لگ پڑتا ہے۔ پھر اس کی کچھ نہ کچھ دعاؤں کی قبولیت بھی شروع ہو جاتی ہے۔ سچے خواب بھی آنے لگ پڑتے ہیں۔

اس سے اگلے مرحلہ انسان میں روحانی علاج (دم یا ریکی) وغیرہ کی صلاحیت آ جاتی ہے۔ یہ انسانی روح کا پہلا فرض ہے کہ وہ انسانی جسم کو صحت مند رکھے۔ اور وہ یہ تو انسانی جسم میں زیادہ سے زیادہ جمع ہونے لگ پڑتی ہے اور جب جسم اس تو انائی سے بھر جاتا ہے تو انسان نہ صرف خود بیماریوں کے خلاف بہت زیادہ قوت مدافعت کا مالک ہو جاتا ہے بلکہ پھر انسان اس تو انائی کو دوسروں کو بھی دے کر ان کی جسمانی کمزوریوں اور بیماریوں سے صحت یاب کر سکتا ہے۔ یہ مرحلہ تقریباً ہر روحانی انسان پر آتا ہے۔

اس سے اگلا قدم یہ روحانی صلاحیت کچھ لوگوں میں اونچے لیول کی کشف و کرامات کی صورت میں ظاہر ہوتی ہیں۔ لیکن یہ صلاحیت ہر روحانی انسان میں نہیں آیا کرتی۔ جبکہ روحانی علاج کی صلاحیت تقریباً ہر ایک میں آ جاتا کرتی ہے۔

کشف میں بھی جس انسان میں ڈرو جھجک کم ہوگی اتنا ہی وہ کامیاب رہے گا۔ کشف میں کچھ لوگ چیزیں محسوس کرنے کی زیادہ قدرتی صلاحیت رکھتے ہیں وہ



چیزیں محسوس زیادہ کر لیتے ہیں کچھ لوگ قدرتی طور پر اپنی ہر سوچ کی فلم دیکھنے کے ماہر ہوتے ہیں۔ وہ اکثر ایسی چیزیں دیکھنے لگ پڑتے ہیں اور کچھ اپنی مطلوبہ چیزوں کے جواب کان میں ہی سن لیا کرتے ہیں۔ سب میں اپنی اپنی قدرتی صلاحیت مددگار ہوتی ہے۔ بہر حال زیادہ روحانی ترقی کے بعد ہر انسان اوپر بیان کردہ کبھی کام بہت حد تک کامیابی سے کر لیتا ہے۔ بلکہ اور بھی بے شمار بظاہر مافوق الفطرت کام اس کیلئے بہت آسان ہو جاتے ہیں۔

قرآنی آیتوں کے لگا تار پڑھنے کی صورت میں انسان کے اندر ایک نوری جسم سا بننے لگ پڑتا ہے جو شروع شروع میں تو انسان کے نیم سوتے یا جاگتے وقت جسم سے نکلنے کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔ اس سٹیج میں انسان اکثر یہ محسوس کرتا ہے کہ کوئی اس کے ساتھ ہی کمرے میں موجود ہے مگر دائیں بائیں دیکھنے پر کوئی نظر نہیں آیا کرتا۔

یہی نوری جسم جب ایکٹو ہوتا ہے۔ تو اکثر گھروں میں چیزیں (برتن وغیرہ) بغیر چھوئے ہو اٹھنے اور ٹوٹنے لگ پڑتے ہیں۔

اور کچھ چھوٹی موٹی چیزیں غائب بھی ہونے لگ پڑتی ہیں مجھے اپنے گھر میں اور آس پاس ایسے کئی واقعات سے واسطہ پڑ چکا ہے۔ ایسے بے شمار واقعات آپ نے بھی اخباروں میں پڑھے ہونگے۔

اب جو بھی چیز ان چیزوں کو گرا رہی ہے وہ نظر نہیں آتی مگر وہ موجود ہوتی ہے۔ زیادہ روحانی ترقی کی صورت میں ایسے انسان دور کی دوسری جگہ پر بھی موجود ہو سکتے ہیں یعنی دونوں جگہ پر لوگ انہیں بیک وقت دیکھ سکتے ہیں اور بات چیت بھی کر سکتے ہیں ان میں سے کچھ لوگ بغیر کسی واسطے کے اپنی جگہ سے غائب ہو کر دور کی دوسری جگہ موجود ہو سکتے ہیں۔

قرآن پاک میں ایسے واقعے کا باقاعدہ بیان موجود ہے۔ جس میں حضرت سلیمان اور ملکہ سباء کا قصہ بیان کیا گیا ہے۔ حضرت سلیمان ملکہ سباء کا ہزاروں میل کی دوری سے (کم از کم دو ہزار میل دور) لانا چاہتے تھے۔ اور وہ ایسا ملکہ سباء کے پہنچنے سے پہلے ہونا چاہتے تھے۔ اس پر ان

کے دربار میں ایک عفریت نے کہا کہ وہ اس تخت کو دربار کے برخاست ہونے سے پہلے لا کر دے سکتا ہے۔

پھر ایک دوسرا شخص جس کے بارے میں قرآن پاک میں لکھا ہوا ہے کہ اس کے پاس کتاب کا تھوڑا سا علم تھا۔ وہ شخص کہتا ہے کہ پلک جھپکنے میں وہ یہ تخت یہاں لا سکتا ہے۔

پھر جب حضرت سلیمان نے اسے اجازت دی تو پلک جھپکتے میں وہ تخت وہاں آ گیا۔ یہ کتاب کا تھوڑا سا علم تھا تو زیادہ یا پورا علم کیا چیز ہوگا۔

اب جب لوگوں کے گھروں میں بغیر واسطے کے چیزیں ہلتی اور گرتی رہتی ہیں تو یہ نہ نظر آنے والا نوری جسم اور بھی بہت سے چھوٹے موٹے کام کر سکتا ہے اور بڑی روحانیت والے تو اس قسم کے اور بھی بڑے کام کر سکتے ہیں۔ اسی طرح بڑے وزن کی چیزیں بھی اپنی جگہ سے ہٹاتی یا اٹھانی ممکن ہیں۔

قرآن پاک نے ہماری رہنمائی کیلئے حضرت سلیمان کا یہ واقعہ بھی لکھ دیا ہے۔ ایسے واقعات کو دل سے ماننے والا ہی اس لیول تک جا سکتا ہے۔ ان واقعات کو ماننے والے بنیں پھر ہی آپ کا دروازہ کھلے گا۔



## رحمانی یا شیطانی علم

میرا شاگرد مجھ سے کشف کے نورانی یا شیطانی ہونے کا پوچھ رہا تھا۔ میں نے اسے بتایا پہلی بات تو یہ ہے کہ کردار شناسی کشف کی مدد سے کافی حد تک صحیح طریقے سے کی جاسکتی ہے۔ ایک سائیکالوجسٹ بھی اسی طرح کرتا ہے۔ مگر غیب کی بتائی ہوئی کوئی بات حتمی نہیں ہو سکتی جیسے آپ وہاں سے دور موجود کسی دوسرے شخص کے بارے میں کچھ بتا رہے ہوں تو ایسا سو فیصد صحیح نہیں ہو سکتا۔ اسی طرح مستقبل میں ہونے والی باتوں کی حتمی پیشن گوئی بے حد مشکل کام ہے۔ یہ سو فیصد صحیح ہونی ممکن ہی نہیں ہے۔ کیونکہ مستقبل تبدیل ہوتا رہتا ہے۔

آپ اسے اپنی دپوں اپنے یقین میں تبدیلی کر کے اور اپنی محنت کی مدد سے اور اسی طرح دعاؤں کی مدد سے بھی تبدیل کر سکتے ہیں۔ مگر کتابوں میں نورانی یا شیطانی کشف کا فرق جو ہمیں بتایا جاتا ہے اس کے بارے میں میرا مسخرہ دوست قلندر یہاں ہنسنے لگ پڑتا ہے۔ اور پھر کہتا ہے ”مجھے تو کتابیں پڑھ کر یہی سمجھ میں آتا ہے کہ جو کشف بھی ملا کریں وہ تو نورانی ہیں ورنہ شیطانی، اسی طرح جو کرامت وہ کرے تو وہ کرامت ہے ورنہ اسے استدراج کہتے ہیں۔“

یہ سن کر پہلے تو میری ہنسی نکل گئی پھر میں نے قلندر کو ڈانٹا اور کہا کہ مسئلہ کشف کے رحمانی یا شیطانی ہونے سے زیادہ اس بات کا ہے کہ وہ شخص کس قسم کی انرجی، کس قسم کی بنیاد لے کر آیا ہے۔ آیا وہ صحیح وابہریشن والا نور ہے یا لٹے سیدھے مشرکانہ جادوؤں سے حاصل کردہ کچھ نہ کچھ کشف کی صلاحیت ہے۔ ایسی صلاحیت والے سے جو کوئی بھی کچھ سیکھے گا اس پر اس شخص کی غلط وابہریشن آجائے گی اور آہستہ آہستہ وہ سیکھنے والا لٹے ڈگر پر پکا چل پڑے گا۔ اچھے برے کاموں کی تمیز کھو بیٹھے گا۔ گودونوں کا کشف کسی نہ کسی حد تک صحیح ہو سکتا ہے مگر چونکہ غیب یا مستقبل کا حتمی علم اللہ تعالیٰ کو ہے اس لئے اسلام میں ایسی باتوں سے روکا گیا ہے اور انہیں سن کر ان پر پکا یقین کر لینا بالکل بے وقوفی کی بات ہے۔

میں نے خود پہلے ان دونوں قسم کی انرجی نوری یا شیطانی کا سنا تو ضرور تھا مگر ان میں فرق کو واضح نہیں سمجھتا تھا۔ مگر پھر اپنے علاقے کا ایک سابقہ فوجی ملا جو کہ عملیات کا ماہر ہے وہ نہ صرف غیب کی باتیں وغیرہ خاصے لوگوں کو بالکل صحیح بتاتا رہا تھا (گو کچھ کو بالکل غلط بھی بتاتا تھا) وہ خالی کاپی بند کر کے اوپر ہوا میں ہاتھ اٹھا لیتا تھا اور اس کاپی میں جواب لکھا ہوا آجایا کرتا تھا۔

اسی طرح کئی لوگوں نے بتایا کہ وہ دور سے چھوٹی موٹی چیزیں (تعویذ، پان وغیرہ قسم کی) بھی لے آیا کرتا تھا۔ وہ کروڑوں پتی ہے اور بے حساب بڑے گھر میں رہتا ہے۔ لوگ اسے جنوں والا سمجھتے تھے۔ میں اسے 2004ء میں ملا وہ اس وقت کوئی 65 سال کا ہو گا اس وقت وہ شوگر کا مریض تھا اور بیمار رہتا تھا اور اس حال میں ہی دوسرے بیماروں کو دم بھی کیا کرتا تھا، خود وہ اپنا علاج کرنے میں ناکام ہو چکا تھا۔

میں نے اسے دم کر کے پانی دیا اور کہا کہ وہ لوگوں کو دم کرنا بند کر دے تاکہ اس کی اپنی انرجی پوری ہو سکے کہ وہ اپنی تھوڑی بہت توانائی دوسرے بیماروں کو دے کر خود مزید کمزور ہو رہا تھا۔ میرے دیئے ہوئے پانی کو پینے کے بعد وہ پچاس فیصد سے زیادہ صحیح ہو گیا۔ وہ میرا دوست بن گیا پھر میرے پوچھنے پر اس نے اپنا ان علوم میں محنت کا بتایا اور کہنے لگا کہ اس کے پاس جن ہیں۔ جب میں نے اسے اپنے کچھ روحانی تجربات کا بتایا تو وہ کہنے لگا ”میرے پاس تو ایک چھوٹی سی چیز ہے جس کی مدد سے ایک آدھ چھوٹی سی چیز کی جاسکتی ہے یا دور سے ایک آدھ چھوٹی موٹی چیز لائی جاسکتی ہے مگر آپ کا علم تو بہت بڑا اور وسیع ہے۔“

خود میں چونکہ بہت سے عجیب و غریب روحانی تجربات سے گزر چکا تھا اور ان معاملات میں اچھا خاصا پختہ ہو چکا تھا مگر اس طرح کے ”جنوں“ سے واسطہ نہیں پڑا تھا۔ میں نے اس سے اس کا علم بھی سیکھنے کی خواہش ظاہر کی تو اس نے مجھے قرآن پاک کی ایک آیت پڑھنے کو دی جو کہ یہ تھی۔ رب انی مغلوب فانتصر

اس شخص کے کہنے کے مطابق جو کوئی بھی اس سے یہ علم سیکھے آتا تھا یا تو وہ مر جاتا تھا یا وہ



پاگل ہو جایا کرتا تھا۔ مجھے اس کی اس بات کی سچائی کے شواہد بھی علاقے کے لوگوں سے ملے۔ بہر حال یہ آیت چند سو بار روزانہ پڑھنی تھی جو کہ مشکل نہیں ہے۔ میں نے حسب ہدایت پڑھنی شروع کر دی۔

میرے ساتھ اکثر ایسے ہوتا ہے کہ جب بھی میں کوئی نیا ورد کروں تو اگلے ایک دو دن میں ہی سچے خواب کے ذریعے اس کی افادیت یا مضرت کا علم ہو جایا کرتا ہے۔ دوسرے دن مجھے اس شغل سے متعلق خواب آیا کہ جو کہ اس طرح تھا ایک خوبصورت سی باغ نما جگہ ہے وہاں پر مختلف خوبصورت سے رنگین مور نما پرندے بیٹھے اپنے گھونسلوں میں انڈوں کو سی رہے ہیں۔ میں وہاں موجود ایک کنوئیں سے باہر نکل رہا ہوں میرے جسم پر صرف ایک کچھا سا ہے اور کنوئیں کے اندر میرے جسم کے پاس ایک گندی سی لیس دار گھونگھہ نما شے جو ابھی بچہ ہے گھوم سی رہی ہے، یہ کوئی 9 انچ قطر کی ہوگی۔ میں جسم کو اس سے دور رکھنا چاہتا ہوں۔

جاگنے پر مجھے معلوم ہوا کہ یہ اسی ورد یا چلے کا اشارہ تھا میری پہلی انرجی ان خوبصورت پرندوں کی طرح نورانی تھی اور اس عمل سے لئے گئے عمل کی انرجی اس گھونگھے کی طرح شیطانی تھی۔

اس عامل نے خود بالکل خلاف شرع حرکتیں کر کے ان جنوں یا انرجیوں کو حاصل کیا تھا۔ میں نے وہ عمل اسی دن ترک کر دیا۔

چند دن کے بعد میں نے ایک دن مکاشفے میں دیکھا کہ چونکہ وہ عامل اب جسمانی طور پر کمزور ہو چکا ہے اس لئے وہ جن اب اسے تنگ کرنے میں بھی لگے رہتے ہیں۔ جب تک وہ صحت مند تھا تو وہ اسے کچھ نہیں کہہ سکتے تھے مگر اس کی کمزوری کے بعد وہ اس کے سر پر سوار ہو گئے تھے۔

بعد میں خود مجھے اس عامل نے بتایا کہ وہ اس جنوں سے اب جان چھڑانا چاہتا ہے مگر یہ آسان کام نہیں ہے۔ وہ اسے بہت تنگ کرتے ہیں۔

اس کے تین نو جوان بچے ہلاک ہو چکے تھے، بیوی بھی مستقل بیمار رہتی تھی۔ میرے

تجربات میں آیا ہے کہ یہ جن وغیرہ انسان اپنے ہی جسم مثالی (ڈبل) کو توڑ کر اسے ٹکڑوں میں استعمال کرتا ہے۔ اس مقصد کیلئے چلے کئے جاتے ہیں اور اگر ان میں کامیابی مل جائے تو بھی ایک غیر فطری سی چیز بنتی ہے جو اپنے عامل کو تنگ کرنے میں بھی لگی رہتی ہے۔ ایسے لوگ مجھے شاذ و نادر ہی خوش نظر آئے ہیں۔

اگر صرف ورد و اذکار کئے جائیں تو پھر ایک چیز ملتی ہے جسے روحانیت کہا جاتا ہے۔ یہ انسان کی ہر طرح سے ہر کام میں مدد کرتی ہے اور اس کا کوئی نقصان نہیں ہوتا۔

2008ء میں خانیوال کے ایک دوسرے عملیات کے ماہر سے ملنے کا اتفاق ہوا اس نے میرے خیالات کی تائید کی اور کہا، ”اگر جمالی آیتوں کا چلہ کیا جائے تو موکل پیدا ہوتا ہے اور اگر جلالی آیتوں کا چلہ کیا جائے تو جو گرم شے پیدا ہوتی ہے اسے جن کہتے ہیں۔ قرآن پاک میں مذکور جن ایک دوسری مخلوق ہیں جو ہمارے کام کے نہیں اور ہمارے قابو میں بھی نہیں آتے۔“

میرے تجربے اور عمل میں بھی یہی بات آئی ہے، خانیوال کا رہنے والا یہ عامل اپنے چالیس سالہ عملیات کے تجربے کے بعد ان سے تائب ہو چکا تھا اور اب اسلامی شریعت پر عمل کرتا تھا اور کہتا تھا کہ شریعت ہی صحیح ہے باقی سب غلط ہے۔

عملیات کے شوق میں مصروف بہت زیادہ لوگ تو اس میں ناکام رہتے ہیں۔ کچھ اسی چکر میں پاگل ہو جاتے ہیں اور جو ایک آدھ فیصد کامیاب ہو جاتے ہیں وہ بھی چھوٹی موٹی غائب کی باتیں بتانے کی حد تک ہی کامیاب ہوتے ہیں جو کہ آدھی صحیح ہوتی ہیں اور آدھی غلط۔

پھر یہ لوگ الٹے سیدھے عملیات کے ذریعے لوگوں کو بہکانے اور جادو وغیرہ کے وہموں میں ڈالنے میں لگے رہتے ہیں اور مکافات عمل کے اصول کی وجہ سے انہیں نقصانات اور پریشانی سے لگاتار واسطہ رہتا ہے۔ کئی دفعہ دس دس برس کے بعد کسی نقصان اٹھانے والے کی بدعا انہیں نئے سرے سے پریشانیوں میں پھنسا دیتی ہے۔ یہ خود ساری عمر جادو ٹونوں کے وہموں میں گزارتے ہیں۔ انہیں اکثر خود پر جادو ہونے کا مستقل وہم ہوتا ہے۔



## روحانیت میں مختلف طریقے اور مسائل

پاکستان میں بہت سے لوگ روحانیت کا شوق رکھتے ہیں لیکن جب وہ اس تلاش میں نکلتے ہیں تو عجیب و غریب دشواریوں اور الجھنوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

اسلام کی روحانیت کا اصل مقصد اسلام کی شریعت کی حدود میں رہتے ہوئے انسان کی روحانی صلاحیتوں کو جگانا اور انہیں بڑھانا ہے۔ پھر انسان انسانِ کامل کی طرف سفر شروع کر دیتا ہے۔ مگر اس تلاش میں نئے انسان کیلئے قدم قدم پر بھٹکنے کے امکانات ہوتے ہیں کہ بہت سے پرانی مشقیں کرنے والوں میں غیر اسلامی، بلکہ مشرکانہ تک طریقے بھی اس میں شامل کر دیئے ہیں۔

اس تلاش میں مصروف لوگ عموماً مندرجہ ذیل طریقے استعمال کرتے ہیں۔

- (1) روحانی کتابوں کی مدد سے
- (2) یوگا اور ارتکا زتوجہ وغیرہ کی مشقیں
- (3) چلے اور عملیات وغیرہ کرنا
- (4) نفس کشی، خود اذیتی وغیرہ
- (5) قبروں اور مزاروں پر جانا
- (6) پیر یا گورو کی تلاش

پاکستان میں ان میں سے سب سے زیادہ لوگ پیروں کے راستے روحانیت کی تلاش میں ہوتے ہیں لیکن میں نے اسے سب سے آخر میں اس موضوع کے طویل ہونے کے خوف سے رکھا ہے۔

### 1- روحانی کتابوں کی مدد سے: روحانیت کی کتابیں ایسی اصطلاحات اور تشبیہات

سے بھری پڑی ہیں جو کہ عام آدمی کے تو میلوں اوپر سے گزر جاتی ہیں بلکہ بڑے بڑے عالم بھی ان کی تشریح نہیں کر پاتے۔ عموماً ان میں بھی بات پیر کامل کی تلاش پر ہی ختم ہوتی ہے لیکن پیر کامل

کہاں ملے گا اس کی پہچان کیسے ہوگی؟ اس پر ہر کتاب والے کی علیحدہ علیحدہ رائے ہوتی ہے۔ اس قسم کی کتابیں پڑھنے والے آخر کار تھک ہار کر عموماً خود سے زیادہ انہیں چیزوں کو پڑھے ہوئے فلاسفر نما لوگوں کے پاس جا کر قیام پذیر ہو جاتے ہیں اور انہیں پیر مان لیتے ہیں۔

ایسے لوگ ہر کام میں لاجک اور دلیل کی بات مانتے ہیں، سائنس پر سب اصولوں کو پرکھتے ہیں اور سائنس ان باتوں کو مانتی ہے نہ واضح انکار کرتی ہے۔ بہر حال اگر ورد و اذکار کرنے کے بعد (تھوڑی بہت روحانی ترقی جو کہ ہر ایک کی ہو جاتی ہے) یہ لوگ خود سے دلیل کی گرفت ڈھیلی کریں اور ہر روحانی معاملوں میں لاجک (Logic) نہ لڑائیں تو پھر ان کی روحانی ترقی ہو سکتی ہے لیکن ایسا وہ بالکل نیچے سے شروع کر کے قدم بقدم کامیاب تجربات کی بنیاد پر بڑھائیں۔

### 2- یوگا و ارتکا زتوجہ کی مشقیں: اس تلاش میں کچھ لوگ مختلف ذہنی و جسمانی مشقیں

اور یوگا وغیرہ کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ اس میں جسمانی یوگا کی ورزشیں تو جسمانی صحت کیلئے ہوتی ہیں کچھ لوگ یوگا میں سانس کی مشقیں بھی کرتے ہیں۔ پھر ذہنی یوگا میں نقطہ بنی، شمع بنی سے لے کر پھر کنسنٹریشن اور مراقبہ کی مشقیں ہوتی ہیں۔ ان سب مشقوں میں کچھ نہ کچھ فوائد تو مل جاتے ہیں مگر ان میں سے کوئی ایک طریقہ بھی زیادہ روحانی ترقی کی گارنٹی نہیں دیتا۔

جیسے شمع بنی کے اپنے فوائد ہوتے ہیں اس میں موم بتی روشن کر کے اس کی لو پر توجہ مرکوز کی جاتی ہے اور ذہن کی قوت ارادی کی مدد سے باقی ہر سوچ سے ہٹا کر صرف شعلے پر ہی توجہ مرکوز کی جاتی ہے۔ کچھ مشق کے بعد انسان کو توجہ ایک نقطہ پر مرکوز کرنے (یعنی یکسوئی حاصل ہونا) کی صلاحیت حاصل کر لیتا ہے تو ایسا شخص دوسرے کے ذہن پر اثر انداز ہو سکتا ہے حتیٰ کہ اگر وہ مشق کرے تو دوسروں کے ذہن میں اپنی سوچ بھی ڈال سکتا ہے۔

اسی طرح کنسنٹریشن وغیرہ میں ذہن میں کسی واحد چیز کا سوچا جاتا ہے جسے مراقبہ کہتے ہیں اس میں ذہن کو سوچ سے خالی رکھنے کی مشق بھی کچھ لوگ کرتے ہیں ذہن خالی رکھنے کی اس مشق کے اپنے فوائد ہوتے ہیں مثلاً اگر اپنے ذہن کو سوچ سے خالی رکھنا سیکھ لیں تو پھر تھوڑی سی



مشق کے بعد آپ جس شخص کے بارے میں بھی سوچیں گے اسکی ذہنی لہریں اور سوچیں آپ کسی نہ کسی حد تک پکڑ سکیں گے اس میں آپ نے خود کو اس شخص کی جگہ تصور کرنا ہے اس کا چہرہ آپ کے چہرے کی جگہ تصور کرنا اور اگر وہ سامنے موجود ہے تو اسی کے پوز میں بیٹھنا اور اسی کے سائل کی کاپی کرنی ہے پھر آپ کی اس شخص سے وابستہ ریشن اور ذہنی لہریں مل جائیں گی اس طرح آپ اسکی کسی نہ کسی حد تک سوچیں بھی پڑھ سکتے ہیں اسے ٹیلی پیتھی بھی کہتے ہیں (خود میں دس گیارہ برس پہلے یہی مشقیں کامیابی سے کر چکا ہوں) توجہ ایک چیز پر مرکوز کرنے کا ایک فائدہ یہ بھی ہوتا ہے کہ کسی سے بات چیت کرتے وقت انسان کی توجہ ادھر ادھر نہیں جاتی انسان ایک اچھا سننے والا بھی بن جاتا ہے اور ایک اچھا بولنے والا بھی بن سکتا ہے اس کے بات کرتے وقت بیچ میں کوئی بول پڑھے یا دائیں بائیں شور بھی ہو تو انسان کی بات چیت اور توجہ پر کوئی فرق نہیں پڑتا۔

ایسی یکسوئی حاصل ہو جانے کے بعد اپنے ذہن کو مشقوں کی مدد سے مزید طاقتور کیا جا سکتا ہے بہر حال ایسی مشقیں اسلامی روحانیت میں مصروف تقریباً ہر شخص کسی نہ کسی شکل میں کرتا ہے مثلاً خود کو کسی مقدس جگہ پر تصور کرنا یا عالم مثال میں تصور کرنا۔ اگر روحانی توانائی اور پختہ یقین ساتھ ہو تو ایسی مشقوں میں کامیابی حاصل کر لیتا ہے۔

یوگا میں لوگ زیادہ تر جسمانی یوگا ہوتی ہے اس میں مختلف جسمانی ورزشیں (پوچر) ہوتے ہیں جو جسمانی صحت میں مددگار ہوتے ہیں اس میں سانس کی مشق بھی کی جاتی ہے جو کہ دماغ کو پرسکون بھی کرتی ہے اور اس سے خون کی صفائی بھی ہو جاتی ہے۔ بہر حال یہ یوگا اور کنسنریشن کی مشقیں تھوڑی بہت روحانی ترقی کرا سکتی ہیں اکثر ان میں مصروف لوگ پناہ زم کی مشقیں بھی شروع کر دیتے ہیں مگر زیادہ ترقی ان کی مدد سے نہیں ہو پاتی ہندو یوگا میں کنڈلینی شکتی کا بھی بتایا جاتا ہے کہ اگر یہ بیدار ہو جائے تو انسان فوق الانسان بن جاتا ہے مگر یہ کنڈلینی شکتی نوری جسم سے علیحدہ کوئی اور چیز نہیں ہوتی ہے۔

3۔ عملیات اور چلے وغیرہ کرنا: اس تلاش میں بہت سے لوگ عملیات و چلے

وغیرہ کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ اس کی کچھ تفصیل میں پیچھے رحمانی یا شیطانی علم میں لکھ چکا ہوں۔ مختصراً یہ کہ اس میں نوری اور سفلی دونوں قسم کے چلے کیے جاتے ہیں ان میں مصروف 98 فیصد افراد تو اس میں ناکام رہتے ہیں بلکہ ان میں سے کچھ تعداد تو اپنا ذہنی توازن (وقتی یا مستقل طور پر) بھی کھودیتی ہے۔

اور جن لوگوں کو اس میں کامیابی ہوتی ہے وہ بھی چھوٹا موٹا کام کرنے کے قابل ہوتے ہیں مثلاً تھوڑی بہت غیب کی باتیں بتا دینا جو آدھی صحیح اور آدھی غلط ہوتی ہیں۔ کچھ لوگ اس قابل بھی ہو جاتے ہیں کہ دور سے ایک آدھ چھوٹی موٹی چیز مثلاً تعویذ وغیرہ لے آتے ہیں گو وہ تعویذ بھی ان کے اپنے گھر میں جمع شدہ ذخیرہ میں سے آتا ہے۔

عملیات میں مصروف لوگ مجھے شاذ و نادر ہی خوش اور کامیاب نظر آئے ہیں اکثر یہ لوگ دوسرے لوگوں کو نقصان دینے میں بھی لگے رہتے ہیں اسی وجہ سے مکافات عمل کے اصول کی وجہ سے بدعائیں ان کا ساری عمر پیچھا کرتی ہیں۔ ان کی روزی حرام ہوتی ہے اور ہر طرح کی بے برکتی لازمی لاتی ہے۔

جوان عملیات میں کامیاب ہو بھی جائیں تو ان کے موکل یا جن انہیں کسی نہ کسی الجھن میں پھنسائے رکھتے ہیں مثلاً ان موکلوں وغیرہ کی حاضری کی کوئی شرط ہوتی ہے جیسے ہر وقت با وضو رہنا وغیرہ۔ اب اگر کوئی شخص کہیں پانی سے دور پھنس جائے اور اسے وضو کے لئے پانی نہ مل سکے تو یہ موکل اس کا نقصان کرتے ہیں۔

گو عامل لوگ تو عملیات کو ہی روحانیت کا خالص کہتے ہیں مگر یہ اس کی بڑی چھوٹی سی چیز ہوتی ہے اور بڑا گھائے کا سودا ہوتا ہے۔

میرے برسوں کے تحقیقی تجزیوں اور تجربوں کا نتیجہ ہے کہ عام روحانیت کی مدد سے ہر کام زیادہ کامیابی اور زیادہ بہتر طریقے سے کیا جاسکتا ہے۔

4۔ نفس کشی، خود اذیتی وغیرہ:۔ کچھ لوگ ایسے ہوتے ہیں جو اسی چکر میں خود



پر مختلف قسم کی پابندیاں لگاتے رہتے ہیں جسمیں نمک و چینی کھانا چھوڑنا وغیرہ بھی ہوتا ہے اسی طرح مسلسل روزے رکھتے ہیں (روزے رکھنے کی اسلام میں اجازت ہے مگر ایک دن کا وقفہ لینا اس کی بہتر صورت ہے) اس میں کچھ لوگ مسلسل سر کے بل لٹکے رہتے ہیں کچھ بہتے پانی میں کئی ہفتے کھڑے رہتے ہیں وغیرہ وغیرہ۔

ان میں نمک و چینی وغیرہ کھانا چھوڑنے وغیرہ کا (اسے عامل لوگ جلالی و جمالی پرہیز کہتے ہیں) کوئی خاص فائدہ نہیں ہوتا۔ یہ زندگی کو خواہ مخواہ مشکل کرنے والی بات ہے عموماً مختصر مدت یا کسی عمل کے دوران کی جاتی ہے۔ یہ صرف اپنے یقین کو مضبوط کرنے کا ایک طریقہ ہے کہ میں اتنی محنت کر رہا ہوں وغیرہ وغیرہ۔

اسی طرح کچھ لوگ سر کے بل لٹکے رہتے ہیں اس سے سر میں دوران خون زیادہ ہو جاتا ہے جو کہ دماغ کی انتہائی نازک نسوں کے لئے سخت نقصان دہ ہوتا ہے پانچ چھ منٹ سے زیادہ سر کے بل کھڑا ہونا صحت کیلئے مضر ہے پانچ منٹ تک اس طرح کھڑے ہونے کے کچھ فوائد بھی ہیں مثلاً دماغ کی نسوں کو فالٹو خون مل جانا، نظر کی کچھ بہتری ہو جانا، سر کے بال گرنے وقتی طور پر بند ہو جانا وغیرہ۔

بہتے پانی میں ہفتوں کھڑے ہو کر ذکر و اذکار کرنے کا ایک عجیب سا فائدہ بھی ہو سکتا ہے کہ اس سے انسانی جسم میں موجود ریزرو انرجی اور وجود مثالی کبھی کبھی کام شروع کر دیتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ خود اذیتی مشقوں کے دوران جب انسان کی توانائی جواب دینے لگ پڑتی ہے تو انسان کے وجود مثالی کی توانائی زندگی بچانے کے لئے آخری حربے کے طور پر مدد کو آجاتی ہے۔ مگر وجود مثالی کی توانائی اسی شخص کی مدد کرتی ہے جس کا وجود مثالی طاقتور ہو چکا ہو اس وجود مثالی میں عام انسان سے کئی گنا زیادہ جسمانی توانائی ہوتی ہے۔

جب ایک دفعہ یہ توانائی متحرک ہو جاتی ہے تو پھر انسان اسے مختلف روحانی مقاصد میں استعمال کر سکتا ہے

اصل بات یہ ہے کہ جس طریقے پر بھی آپ کا اعتقاد بیٹھ جائے وہ طریقہ آپ کو کچھ نہ کچھ فائدہ ضرور دے گا۔ ماضی میں جس کو بھی اس میں سے کسی واسطے سے کچھ مل گیا اس نے اسے ہی صحیح راہ سمجھ لیا اور اسے ہی دوسروں کو وصیت بھی کر گیا کہ یہی واحد صحیح راستہ ہے۔ اسی وجہ سے بے شمار راستے بنتے چلے گئے۔

ان چیزوں (نفس کشی و خود اذیتی وغیرہ) کے بغیر بھی انسان پوری طرح روحانی ترقی کر لیتا ہے۔ لیکن یہ انسان کی فطرت میں ہے کہ وہ مشکل چیزوں کی طرف ہی زیادہ جھکتا ہے اور روحانی معاملوں میں ہمیں یہی بتایا جاتا ہے کہ من مارے بغیر اور مشکلیں کاٹے بغیر تو روحانیت مل ہی نہیں سکتی کہ اگر روحانیت آسانی سے مل جاتی تو ہر دوسرا شخص روحانی ہوتا۔

بہر حال روحانیت کی تلاش میں نفس کشی اور خود اذیتی کے بغیر ہر طرح کی روحانی ترقی ہو سکتی ہے۔ ان چکروں میں تو آپ کسی بیماری کا مستقل طور پر شکار بھی ہو سکتے ہیں۔

5۔ قبروں اور مزاروں پر جانا:۔ کچھ لوگ قبروں اور مزاروں پر روحانیت کی تلاش

(یا جسے کچھ لوگ خدا کی تلاش بھی کہتے ہیں) میں چکر لگاتے رہتے ہیں اس کی وجہ عموماً ان کے آباؤ اجداد کا عقیدہ بھی ہوتا ہے وہاں سے بھی کچھ نہ کچھ لوگوں کو (گو بڑی تھوڑی تعداد میں) تھوڑا بہت

مل جاتا ہے حالانکہ اس کی وجہ صاحب مزار نہیں ہوتا بلکہ وہاں بیسیوں برس بلکہ صدیوں سے قرآن خوانی ہو رہی ہوتی ہے اور ہر وقت کچھ روحانی اور نیم روحانی قسم کے لوگ بھی اپنے ورد و اذکار میں

مصروف ہوتے ہیں اگر آپ وہاں جا کر آنکھیں بند کر کے پرسکون ہو کر ذہن خالی کر کے بیٹھ جائیں تو آپ کو وہ انرجی کچھ نہ کچھ ضرور محسوس ہوگی جو کہ کسی صحیح روحانی انسان کے پاس بیٹھنے سے

محسوس ہوتی ہے۔ وہاں موجود یہ انرجی وہاں مسلسل قرآن خوانی یا اس وقت پڑھے جانے والی ورد و وظائف اور دعاؤں کی وجہ سے یا وہاں موجود روحانی یا نیم روحانی انسانوں کی وجہ سے محسوس

ہوتی ہے۔

ایسے ماحول میں بیٹھنے والا انسان خود کو پرسکون خوش اور ذہنی طور پر طاقتور محسوس کرتا



ہے۔ ایسے لوگوں کے آس پاس کچھ عرصہ بیٹھ کر انسان کو تھوڑا بہت فیض حاصل ہو سکتا ہے جو کہ ایسے لوگ صاحب مزار کی مہربانی ہی گنا کرتے ہیں۔

کبھی کبھار ایسی جگہوں پر روحانیت کے متلاشی کو کچھ روحانی یا نیم روحانی لوگ درود اذکار بھی دے دیتے ہیں جن سے کچھ لوگوں کو کسی نہ کسی حد تک فائدہ بھی ہو جاتا ہے کہ وہاں آنے والے کچھ نہ کچھ ایسے کام (اکثر عملیات و چلے وغیرہ) ماضی میں کر چکے ہوتے ہیں اور ان میں سے کچھ نے اس میں کسی نہ کسی حد تک کامیابی بھی حاصل کی ہوتی ہے یہی نئے آنے والوں کو اپنا ادھورا یا زیادہ علم منتقل کر دیتے ہیں۔

اس میں ایک عجیب بات یہ بھی ہوتی ہے کہ اگر کسی شخص کو خواب میں صاحب مزار آتے ہیں تو پھر آگے جس بھی نئے آنے والے کو اپنا درود دے گا اس نئے شخص میں بھی وہی پرانے شخص والی وابہ ریشہ منتقل ہو جاتی ہے اور اسے خواب میں وہی صاحب مزار آنا شروع ہو جاتا ہے حالانکہ میرے تجربات میں آیا ہے کہ وہ آنے والا صاحب مزار خواب دیکھنے والے کا اپنا جسم مثالی (ڈبل یا جن) ہوتا ہے میں اس معاملے کی خاصی تحقیق کر چکا ہوں اور یہی بات ہر دفعہ سچ ثابت ہوئی ہے۔ یہ مت بھولیں کہ اندھا اعتقاد لوگوں کو کچھ نہ کچھ فائدہ دلا دیتا ہے بت پرستوں کو بھی پتھر پر اندھا اعتقاد کچھ نہ کچھ فائدہ دلا دیتا ہے۔

قبر پرستی کی اسلام میں کوئی گنجائش نہیں ہے اور پاکستان میں موجود 95 فیصد مزارات پر جو مجاور بیٹھے ہیں وہ بڑے سخت قسم کے لالچی اور فراڈیے ہوتے ہیں ان کے پاس آنے والے معصوم زائرین کو گھیرنے کے صدیوں پرانے طریقے ہوتے ہیں۔ کوئی بڑے پختہ ذہن والا ہی ان کے چنگل سے بچ سکتا ہے۔ پریشان حال بندے کا تو ویسے ہی ڈوبتے کو تنکے کا سہارا والی بات ہوتی ہے یہ ایسی جگہوں کا بڑا آسان اور بنا بنایا شکار ہوتے ہیں۔

6۔ پیر یا گورو کی تلاش :- اس تلاش میں ہمارے ملک میں سب سے زیادہ لوگ جو طریقہ استعمال کرتے ہیں اسی طریقے کو ماضی کے تقریباً سبھی بڑے روحانی استادوں نے بھی بیان

کیا ہے بلکہ ان میں دوسرے مذاہب کے ماہرین بھی یہی کہتے ہیں۔ اس طریقے کا اصول یہ ہے کہ انسان کی روحانی صلاحیتیں ایک انسان سے دوسرے میں منتقل ہو جاتی ہیں اس کا اصول یہ ہے کہ طاقتور وابہ ریشہ کمزور وابہ ریشہ پر حاوی ہو جاتی ہے۔ اور ایسی وابہ ریشہ میں انسان میں جا کر اسی طرح کام کرتی ہے جیسے کسی نئے پودے کو پیوند لگا دیا جاتا ہے اور پودے کا پھل بھی تبدیل ہو جاتا ہے۔

مگر اس طریقے سے مستفید ہونے کے لئے انسان کا اپنے مرشد سے ذہنی طور پر متاثر ہونا (ایمپریس ہونا) بڑا ضروری ہے ورنہ اس میں نیا اثر (وابہ ریشہ) نہیں آ پاتا۔

ایسی وابہ ریشہ جب انسان میں آ جاتی ہے تو اسے درود و اذکار کی مدد سے مسلسل بڑھایا جاسکتا ہے اس میں ساتھ ساتھ انسان کا اپنا مضبوط یقین (فیثہ) ہی سب سے بڑا مددگار ہوتا ہے اور اس سے صحیح معنوں میں مستفید ہونے کے لئے انسان کا ہمت والا ہونا بھی بڑا ضروری ہے۔ درحقیقت استاد کا ایک کام انہی روحانی صلاحیتوں کی منتقلی ہے اور دوسرا کام شاگردوں کو وہم و اندیشوں سے بچا کر روحانیت کی راہ پر چلا دینا ہے۔

دیے بھی خود پر فیثہ رکھنے کیلئے پہلے اس کا علم پھر بڑا مضبوط ذہن چاہیے ہوتا ہے۔ پیر یا گورو کی مدد حقیقی طور پر روحانی ترقی کا آسان ترین راستہ ہے مگر اس میں ہمارے ملک میں کئی ایک خرابیاں بھی ہیں مثلاً کہ صحیح استاد کہاں پر ملے گا اور اس کو پرکھنے کا کیا طریقہ ہے؟ خود مجھے ہزاروں ایسے لوگوں سے ملنے کا اتفاق ہو چکا ہے جن کا کوئی مرشد ہے اور دلچسپ بات یہ ہوتی ہے کہ وہ تقریباً سب کے سب اپنے مرشد کو قطب یا غوث سے کم نہیں سمجھتے ہیں (اس حساب سے دنیا میں ایک وقت میں ہزاروں غوث ہوئے بجائے ایک کے) حقیقت میں پیر یا مرشد کو مکمل روحانی انسان ماننا روحانی ترقی میں بڑا مددگار ثابت ہوتا ہے مگر اسی دور میں کچھ جاہل مرید شرک تک چلے جاتے ہیں۔

اس میں ضروری یہ ہے کہ پہلے یہ دیکھا جائے کہ وہ پیر کوئی غیر شرعی قسم کے کام تو نہیں



ان میں سے ایک بہت بڑی خامی یہ ہے کہ 90 فیصد سے زیادہ روحانی استاد یا پیر اپنے مریدین کی جیبیں خالی کرانے میں ہی کامیاب نظر آتے ہیں اور مرید کو تو بہت ہی کم کوئی فائدہ ہوتا ہوا نظر آتا ہے اس قسم کے پیر اپنے مریدوں کی جیبوں پر ہی نہیں بلکہ ان کی روحوں پر بھی قابض ہو جاتے ہیں۔

یہ پیر اپنے اس ”کاروبار“ میں ہر طرح کے اوجھے حربے اور ہتھکنڈے استعمال کرتے ہیں اس موضوع پر آپ کو آج کل اردو میں کئی ایک اچھی تحقیقی کتابیں بازار میں مل جائیں گی جن میں آج کل کے بہت سے مشہور عالموں اور پیروں کو ننگا کیا گیا ہے ان کتابوں سے یہ واضح معلوم ہوتا ہے کہ بہت سے ایسے مزارات پیشہ ورفراڈیوں کا اکھاڑا ہوتے ہیں۔ اور عالموں سے تو اللہ بچائے ہی یہ تقریباً سب کے سب بنارس ٹھگ ہوتے ہیں۔

بہر حال مزاروں اور پیروں پر اندھا اعتقاد رکھنے والوں کو یہ جہالت کئی نسلوں سے ورثے میں ملی ہے میری بات کا ان پر بہت کم اثر ہوگا۔ اسی پر علامہ اقبال کا شعر ہے

یا رب عطا کر بصارت بھی بصیرت بھی

کہ مسلمان لڑے جا رہے ہیں خانقاہوں میں

مجھے ذاتی طور پر ایسے کئی پیروں سے ملنے کا اتفاق ہو چکا ہے یہ پیر جب مجھ سے کچھ نہ کچھ کھلے تو معلوم ہوا کہ ان کے پلے کچھ بھی نہیں کوئی روحانیت کوئی دعا کی طاقت نہیں ہاں زیادہ سے زیادہ آگے پیچھے عالموں وغیرہ سے کچھ ٹوٹے سیکھے ہوتے ہیں جن کا الٹا سیدھا استعمال بھی کرتے رہتے ہیں ان میں سے اکثر کو خود پر جادو ہونے کا وہم بھی لگا رہتا ہے (جب کہ خود وہ مریدوں کے جادو وغیرہ دور کرنے کے دعویدار ہوتے ہیں)۔ بہر حال مریدوں کا اندھا اعتقاد بھی ان کا کام چلاتا رہتا ہے اور قدرت کی ستم ظریفی تو یہ ہے کہ مریدوں کا اندھا اعتقاد انہیں کچھ نہ کچھ فائدہ کروا دیتا ہے جسے وہ پیر کے قدموں کا فیض ہی سمجھتے ہیں۔

کچھ پرانے اور گدی نشین پیر اپنے مریدوں کے کامیاب شدہ تجربات و عملیات کو ان

کرتا ہے اس کے بعد یہ دیکھا جائے کہ اس میں کچھ روحانی صلاحیتیں بھی ہیں یا نہیں۔

روحانی صلاحیتوں میں کسی نہ کسی حد تک روحانی علاج (دم) کی صلاحیت ہونی چاہیے گو یہ ہر انسان کی بنیادی روحانی صلاحیت ہوتی ہے۔ زیادہ بڑی روحانیت والوں کے دم کا اثر بھی زیادہ ہوتا ہے۔

پھر ایسے استاد میں کچھ کشف و کرامات قسم کی صلاحیتیں ہوں تو بہت بہتر ہے۔

اور ہر روحانی شخصیت میں قبول دعا کی کچھ نہ کچھ صلاحیت ہونا بڑا ضروری ہوتا ہے کشف و کرامات کی صلاحیت ہو یا نہ ہو قبول دعا کی صلاحیت ضرور ہونی چاہیے۔

ان سب چیزوں کو جانچ لینا اس لئے بھی ضروری ہے کہ آپ نے برسوں اس شخص (یا پیر و مرشد) کی شاگردی میں رہنا ہے پہلے اسے ٹیسٹ نہ کرنا بہت بڑی بے وقوفی ہے۔

اس طریقے میں ہمارے ملک میں بہت سی غلط فہمیاں موجود ہیں ان میں سب سے پہلی یہ ہے کہ کسی پرانے مزار کے سجادہ نشین کو ہی ان سبھی صلاحیتوں کا حامل مان لیا جاتا ہے جو کہ صاحب مزار سے منسوب ہوتی ہیں۔ اور درحقیقت نامعلوم وہ صاحب مزار اپنی زندگی میں بھی ایسی صلاحیتیں رکھتا تھا یا نہیں۔ اور اب مرنے کے بعد کیا وہ کسی کی کوئی مدد کر بھی سکتا ہے یا نہیں؟

ایسا عقیدہ قرآن و سنت کے بالکل منافی ہے۔ زندہ انسان کی تو دعا قبول ہو سکتی ہے فوت شدہ انسان کیا کسی کے لئے دعا کر پائے گا۔

اسی طرح حضوری کا مسئلہ ہے جسمیں بے شمار بڑے بڑے پیروں نے حضوری کو ہی روحانیت کا حاصل قرار دیا ہے۔ حالانکہ یہ بھی نظر بندی ہی ہوتی ہے۔ اور ایسی محفلوں میں شریک ہونے والے کئی افراد کبھی بھی وہاں نہیں پہنچ پاتے۔ اسمیں لوگوں نے جب تحقیق کی تو معلوم ہوا کہ ہر حضوری سے آنے والے کسی شخصیت کے کپڑوں کا رنگ کچھ بتاتا تھا دوسرا کوئی اور رنگ بتاتا تھا کسی طرح کی کئی اور بھی غلطیاں اس میں ملیں۔

ہمارے ملک میں موجود یہ پیر و مرشد کا نظام اور بھی بہت سی خرابیاں اپنے اندر رکھتا ہے



سے سیکھ کر دوسرے مریدوں کو سکھاتے رہتے ہیں یا صرف رعب ڈالتے رہتے ہیں۔

ایسے پیروں کے خلفاء اور دوسرے اندھا اعتقاد رکھنے والے مریدین نے اپنے پیر کے بارے میں عجیب و غریب اور پراسرار قصے کہانیاں مشہور کی ہوئی ہوتی ہیں۔

مزاروں کے بارے میں بھی اسی قسم کے قصے کہانیاں مشہور ہوتی ہیں۔

پیروں کے بارے میں ایک چھوٹا سا واقعہ میں آپ کو سناتا چلوں میں نے پاکستان میں بہت سے لوگوں کو دم کرنا سکھایا ہے ان میں چکوال کے ریٹائرڈ صوبیدار الطاف صاحب بھی شامل ہیں جو چکوال میں حکمت وغیرہ بھی کرتے ہیں 2006ء میں ایک دن وہ مجھے بتانے لگے کہ کوئی تین ہفتے پہلے ایک دوپہر کے وقت گیارہ عدد آدمی میرے دفتر میں آگئے اور مجھ سے پوچھنے لگے ”کیا آپ حاجی ہیں؟“

میں نے جواب دیا ”نام کے ساتھ لکھتا تو نہیں مگر جج کیا ہوا ہے“

پھر ان میں ایک بزرگ کہنے لگا ”آپ دم بھی کرتے ہیں؟“

میں نے جواب دیا ”دفتر کے اوپر بورڈ پر لکھا تو نہیں مگر دم بھی کرتا ہوں“

پھر وہ مجھ سے پوچھنے لگے ”ڈھڈیال کے قریب فلاں پیر صاحب کا چھوٹا بچہ مستقل بیمار

تھا کیا آپ نے ہی اسے دم کیا تھا اور وہ صحت مند ہو گیا تھا“

الطاف صاحب کہنے لگے کہ مجھے یاد آ گیا کہ بچہ ٹھیک ہو گیا تھا اور وہ اب چکوال فلاں

سکول میں پڑھ رہا ہے۔ میں نے انہیں کہا ”ہاں میں نے ہی اسے دم کیا تھا“

اس پر وہ کہنے لگے ”ہم ان پیر صاحب کے پانچ نسلوں سے مرید ہیں ہم سب مستقل

قسم کی بیماریوں میں مبتلا ہیں ان پی صاحب کے پاس جاتے رہتے ہیں ان کے تعویذ دم و دعا سے

کوئی فائدہ نہیں ہوا پھر ہمیں ان کے بچے کے کسی کے دم سے ٹھیک ہونے کیا اطلاع ملی تو ہم نے

پیر صاحب سے آپ کا پتا پوچھا مگر انہوں نے نہیں بتایا۔ ہمارے بار بار اصرار کے باوجود وہ اس

طرف نہیں آتے تھے۔

بالآخر ان کے باورچی نے ترس کھا کر ہمیں بتایا کہ وہ پیر صاحب کیساتھ بچے کو دم

کرانے کے وقت موجود تھا وہ کہنے لگا ”چکوال میں پنڈی روڈ پر زیر تعمیر مسجد کے سامنے ایک لمبا سا

کلین شیو آدمی ہے جو حاجی بھی ہے اور دم بھی کرتا ہے اسی کے دم سے بچے کو شفاء ہوئی تھی۔

اور پھر اس باورچی نے ہماری منت کی ”پیر صاحب کو یہ پتہ نہ لگے کہ میں نے ہی

تمہیں دم کرنے والے کا ایڈریس دیا ہے ورنہ میری کام سے فوراً چھٹی ہو جائے گی“

صوبیدار صاحب کہنے لگے ”میں نے ان لوگوں میں سے کچھ کو دوائی دی باقی کو دم کیا

اور ان میں سے اکثریت کو اگلے چند دنوں میں ہی افاقہ ہو گیا“

پھر میں اور صوبیدار صاحب ہنسنے لگے کہ ایسے پیر تو وہ جو نکلیں (Parasites) جو کہ

مریدین کے خون پر پلتے ہیں وہ کس طرح ان ”غلاموں“ کو اپنے شکنجے سے آزاد کریں۔

میں مختصر یہ بتاتا ہوں کہ ایسے گدی نشین پیروں سے شاذ و نادر ہی کسی کو فیض ہوتا ہے

بس مریدین کا اندھا اعتقاد ہی ہوتا ہے کہ اگر کچھ مل گیا تو کہتے ہیں پیر صاحب کی نظر کرم سے

ملا۔ اور اگر کام نہ ہوا تو کہتے ہیں ہمارا مقدر ہی ایسا تھا ورنہ فلاں کا کام ہوا اور فلاں کا بھی ہوا۔

بہر حال پیروں کے چکر میں پھنسا مرید کم ہی ان کے چنگل سے آزاد ہو پاتا ہے ان

میں سے کچھ پیر تو باقاعدہ بنارس ٹھگ ہوتے ہیں انہوں نے ایسے ایسے ڈھکوسلے بنا رکھے ہیں کہ

ان پڑھ تو کیا بڑے بڑے پڑھے لکھے سمجھدار لوگ بھی ان کے چکر میں آ کر عمر کا زیادہ حصہ گزار

دیتے ہیں ان میں اکثر پیر تسخیر وغیرہ کے چلوں میں لگے رہتے ہیں کہ جو بھی انسان ان کے پاس

کسی کام یا روحانیت کے شوق میں آئے اس کے دماغ کو تسخیر کر لیں اور کمزور ذہن والے لوگ تو

ان کا بڑا آسان شکار ہوتے ہیں خصوصاً عورتیں۔ پھر اس تسخیر شدہ شخص کو اس پیر کی ہر بات (بلکہ

ہر کواں بھی) بڑی پرکشش لگتی ہے۔

علامہ اقبال نے بھی ایسے کمزور عقیدہ مریدوں اور ایسے ان کے خون پر پلنے والے

پیروں پر بڑا شور مچایا تھا اور بہت سے شعر اس بارے میں لکھے تھے مثلاً



مرید کو تو میسر نہیں مٹی کا دیا بھی  
ہو پیر کا گھر کیوں گھی کے چراغوں سے روشن  
جو کن باذن اللہ کہہ سکتے تھے وہ رخصت ہوئے  
مزاروں میں یا مجاور رو گئے یا گورکن

وراثت میں ملی ہے ان کو مسند ارشاد  
زاغوں (کووں) کے تصرف میں ہیں عقابوں کے نشیمن

بہر حال میری تحقیق اور مشاہدے میں آیا ہے کہ ایسے 95 فیصد سے زیادہ پیر صرف  
مریدوں کی جیب خالی کروانے میں مہارت رکھتے ہیں اور کچھ بھی نہیں رکھتے۔ اور جو انکے چکر میں  
پڑ گیا وہ زیادہ سے زیادہ ایسا ہی پیر بن کر مریدوں کے کندھوں اور ان کے جسموں اور ان کی روحوں  
پر سوار ہو جائے گا۔ جو چند ایک صحیح پیر مجھے ملے ہیں ان میں امین بن عبد اللہ صاحب ملتان والے  
، سید اسرار الحق صاحب محلہ لال کھوئی راولپنڈی والے اور ڈاکٹر عبد الغنی صاحب راولپنڈی والے  
شامل ہیں۔ گوان پیروں میں سے اکثر کے شریعتی عقیدوں سے میرا اختلاف ہی رہا ہے بہر حال  
صحیح پیر مل جائے تو پھر اسے پیر کامل مان لیں تو پھر ہی اس کا صحیح فائدہ ہوگا ورنہ اس سے بھی کم ہی  
فائدہ ہوگا۔ روحانی طاقت رکھنے والوں کے حالات پڑھنے والوں سے معلوم ہوتا ہے کہ جب بھی  
انہوں نے تلاوت قرآن یا اپنے ورد و اذکار چھوڑے تو ان کی روحانی طاقت ختم ہونے لگ پڑی یا  
بالکل ختم ہو گئی اس میں بھی فیتھ کا اصول سمجھے بغیر اگر کوئی بہت زیادہ ورد و وظائف میں مصروف تو نظر  
آتے ہیں مگر ان کی عملی ترقی بہت ہی کم ہوتی ہے گو قرآن پاک پڑھنے کا ثواب ضرور ہوتا ہے  
در اصل ورد چل پڑے تو پھر اس کا صحیح فائدہ ہوا کرتا ہے۔ یہ چلا ہوا ورد کمر میں گرمی اور حرکت دیتا  
ہے بہر حال روحانی ترقی ہونے لگ پڑے تو پھر زیادہ کتابیں پڑھنا بھی چھوڑ دیں صرف روحانی

ترقی پر توجہ دیں میں نے دیکھا ہے کہ پھر زیادہ کتابیں پڑھنے والے شریعتی عالم اور رائٹر ہی بن  
پاتے ہیں۔

بہر حال اس کتاب میں میں نے وہ تمام ورد و اذکار، اصول اور طریقے لکھ دیے  
ہیں جن پر عمل کر کے آپ نہ صرف روحانیت میں مکمل کامیابی حاصل کر سکتے ہیں بلکہ مادی دنیا میں  
بھی پوری طرح اور با آسانی کامیاب ہو سکتے ہیں۔



## روحانیت کا اہم ترین حصہ

اب ہم عملی روحانیت کے اہم ترین حصے کی طرف آتے ہیں جو انسانی روح کی اس خاص صفت سے متعلق ہے۔ یہ آپ کی جان کی حفاظت آپ کو صحت مند رکھنے پھر آپ کو ہر مشکل کا حل دینے کے ساتھ ساتھ آپ کو ضرورت کی ہر چیز بوقت ضرورت مہیا کرنے کی صلاحیت ہے۔ (قرآن پاک میں اسے ”توکل الی اللہ“ کا نام دیا گیا ہے) قرآن پاک میں ہے جو اللہ سے ڈرے گا وہ اس کیلئے (رنج و تکلیف سے) خلاصی کی صورت پیدا کر دے گا اور اس کو ایسی جگہ سے رزق دے گا جو اس کے گمان میں بھی نہ ہو اور جو خدا پر بھروسہ رکھے گا تو وہ اس کی کفایت کرے گا خدا اپنے کام کو (جو وہ کرنا چاہتا ہے) پورا کر دیتا ہے خدا نے ہر چیز کا اندازہ مقرر کیا ہوا ہے (سورۃ طلاق آیت ۲-۳) مرد مسلمان کیلئے اس صلاحیت کو استعمال کرنا بڑا ہی آسان ہے اس کی وجہ روز نماز پڑھنا اور تلاوت قرآن پاک ہے۔ پیچھے کتاب میں آپ روح کی اس کوالٹی کے بارے میں کافی کچھ پڑھ اور سمجھ چکے ہیں۔ اب ضرورت اس بات کی ہے کہ اس صلاحیت کو قدم بہ قدم کس طرح استعمال کرنا چاہیے۔

اس میں منفی سوچوں سے بچنا اور مثبت سوچ کو ذہن میں رکھنا تو ضروری ہے ہی مگر یہاں عملی طور پر ہم پہلے قدم کی طرف آتے ہیں وہ یہ ہے کہ ہمیں اس صلاحیت کو شروع میں چھوٹے چھوٹے پیمانے پر استعمال کرنا چاہیے جس کا طریقہ میں یہاں آپ کو بتانا چاہتا ہوں۔

آپ نے ضرورت کی کسی چھوٹی سی چیز کی خواہش کرنی ہے۔ یہ چیز کوئی موبائل فون یا کسی اچھی کمپنی کا جوتا یا سوٹ وغیرہ بھی ہو سکتی ہے۔ آپ یہ خواہش کریں، یہ نہ سوچیں کہ یہ چیز آپ کو کس طرح ملے گی یا کون لا کر دے گا۔ کہ یہ ”کس طرح“ اور ”کون“ ہی فساد کھڑا کرتے ہیں۔ اور انسان کو اللہ پر توکل کی طرف چلنے سے پہلے ہی دلیل اور لا جک (Logic) میں پھنسا دیتے

ہیں۔ بس مثبت سوچ رکھیں یہ خواہش دل میں رکھ کر اپنے روزمرہ کے کاموں میں مشغول ہو جائیں۔ آپ دیکھیں گے کہ تین چار ہفتوں میں ہی آپ کو خواہش کی وہ چیز مل جائے گی اجتماعی لاشعور (عالم مثال) میں جا کر یہ خواہش آپ کے کسی نہ کسی رشتے دار یا جان پہچان والے کے ذہن میں پہنچ جائے گی اور وہ یہ چیز آپ کو لا دے گا۔

اس کے بعد آپ نے پھر ایسی ہی مالیت کی کسی اور چیز کی خواہش کرنی ہے۔ پاکستان میں دس پندرہ ہزار روپے ماہانہ آمدنی والے حضرات کسی دو تین ہزار روپے مالیت تک کی کسی بھی چیز کی خواہش کر سکتے ہیں۔ زیادہ آمدنی والے اسی تناسب سے کچھ بڑی چیزوں کی خواہش کریں۔

انشاء اللہ یہ خواہش بھی تین چار ہفتوں میں پوری ہو جائے گی۔

آپ نے کوئی چھ ماہ یا ایک سال تک اسی طرح خود کو اس مشق میں مصروف رکھنا ہے پھر آپ کا اس صلاحیت پر یقین پختہ ہو جائے گا اور اس صلاحیت پر یقین پختہ ہونے کا مطلب آپ کے توکل کا دروازہ کھلنا ہے۔ شروع میں بڑی چیزوں اور بڑے کاموں کی خواہش کرنے کی صورت میں آپ کا اس صلاحیت پر یقین پختہ نہیں ہوتا۔ اور چھوٹی چھوٹی چیزوں میں کامیابی حاصل کرنے کی صورت میں توکل کا دروازہ کھلنا شروع ہو جاتا ہے۔ اور یقین کامل (Faith) اور توکل الی اللہ شروع ہو جاتا ہے۔ ہر روحانی مشق کو چھوٹے پیمانے پر شروع کر کے ہی پختہ کرنا چاہیے اور ہر انسان کی خواہش اس کی روحانی صلاحیت کے حساب سے اس کے شک و شبہ کی کمی و زیادتی کی وجہ سے جلدی یا دیر سے پوری ہوگی۔

اس میں آپ کی فیملی کی روحانی انرجی یا نور بھی آپ کی پوری طرح مدد کرتا ہے۔ پھر قدم بہ قدم اس صلاحیت کا دائرہ بڑھائیں پھر آپ حج یا عمرے کی خواہش کر سکتے ہیں۔ ذہن میں رکھنے والی اہم بات یہ ہے کہ بڑی چیزوں کو حاصل کرنے کیلئے بڑی انرجی، بڑی ذہنی طاقت کی ضرورت ہے۔ کوئی آدمی صرف اور صرف محنت کر کے بھی بڑی چیزوں کو حاصل کر سکتا ہے۔ چاہے



اسے روح کی اس صلاحیت کا علم نہ ہو یا وہ اس کا استعمال نہ کرے۔ مگر ہم یہاں صرف ذہنی و روحانی طاقت کی مدد سے وہ چیزیں حاصل کرنے کی مثال دے رہے ہیں۔

آپ ذہنی و روحانی طاقت کو اکٹھا لکھا دیکھ کر کیفوز ہو رہے ہونگے۔ مگر درحقیقت جب روحانی طاقت زیادہ ہو جائے تو ذہنی طاقت بھی خود بخود بڑھ جاتی ہے۔ بڑی روحانی طاقت حاصل کرنے کا طریقہ عبادات، ورد و وظائف، نوافل اور قرآن پاک پڑھنا ہے۔ آپ صرف مراقبات (ارتکاز توجہ) کی مدد سے بھی کسی حد تک یہ صلاحیت حاصل کر سکتے ہیں۔ مگر پہلے بیان کردہ طریقے ہی زیادہ کارآمد ہوتے ہیں بلکہ ہمارے دین میں بھی ان کے فائدے اور ثواب کی ضمانت دی گئی ہے۔

پچھلے کتاب میں ان پر تفصیلی بات ہو چکی ہے۔

ورد و اذکار کرنے یا درود شریف پڑھنے والے لوگوں کے ایسے کام بڑے جلدی ہوا کرتے ہیں یہی لوگ لگی (خوش قسمت) کہلایا کرتے ہیں۔ چاہے وہ خود یہ عبادت کریں یا ان کے گروپ کے کچھ لوگ۔ گو خود ورد و اذکار کرنا زیادہ بہتر اور یقینی صورت ہوتی ہے۔

مجھے افسوس ہے کہ میں آپ کو مادی چیزوں کی مثال دے کر سمجھا رہا ہوں مگر مادی چیزوں کے حصول کے بعد ہی عام انسان اس صلاحیت کو سمجھ سکتا ہے۔

آپ نے اپنی ضروریات کو فطرت کی حدود میں ہی رکھنا ہے۔ غیر فطری اور غیر ضروری چیزوں کے حصول سے بچنا ہے۔ ”دنیا میں ہر چیز انرجی کی ہی ایک صورت ہے“ اور ہر انسان اپنی ذہنی و روحانی صلاحیت کی مدد سے شعوری یا لاشعوری طور پر اپنی ضرورت کی ہر چیز کو اپنی طرف کھینچنے میں مصروف ہے۔ یہ ”رسم کشی“ ہر معاملے، ہر جگہ پر جاری ہے۔ زیادہ بڑے مادی یا مالی معاملات میں زیادہ انرجی کی ضرورت ہوتی ہے۔

یہ بڑی روحانی انرجی آپ خود عبادات اور دوسرے روحانی مشاغل سے حاصل کر سکتے ہیں ”یا آپ کی شریک حیات آپ کے بچے یا آپ کے بزرگ ان میں مصروف رہ کر آپ کے

گروپ کی انرجی میں اضافہ کر سکتے ہیں۔“

قلندر کہہ رہا ہے کہ خاص طور پر اپنی بیویوں کو کم از کم نماز و عبادات اور نوافل میں مصروف کر دو پھر وہ بیمار بھی کم ہوگی اور خوش بھی رہا کرے گی۔ آپ کا سر بھی کم کھایا کرے گی اور دنیا و آخرت میں کامیابی کا راستہ بھی مل جائے گا۔

اس میں بے صبری اور خصوصاً جھنجھٹ سے ہر حالت میں بچنا ہے۔ بے صبری کام کو مشکل اور جھنجھٹ اسے ناممکن ہی کر دیا کرتی ہے۔ کچھ لوگ خدا کو پانے یا اللہ کے قرب کو ہی روحانیت کہتے ہیں لیکن قرب الہی آپ کس چیز کو کہیں گے۔ صرف ثواب کمانے کو۔ یا اگر خدا کو پانے کا مطلب صرف ایک روشنی دیکھنا ہے جو کہ لازمی نہیں کہ خدا ہی ہو جیسے شیخ عبدالقادر جیلانی کا واقعہ ہے۔ اگر کوئی 20 برس کی محنت کے بعد ایک دفعہ اس میں کامیاب ہو بھی جاتا ہے تو پھر وہ واپس آ کر کیا کرے گا یا تو اللہ اسے اس طرح ہر موقع پر ہدایات دے اور رہنمائی کرے جیسے پیغمبروں یا نبیوں کی کیا کرتا تھا پھر تو یہ بھی صحیح ہے ورنہ اس کا کیا فائدہ ثواب تو عبادت کی صورت میں بہر حال اس طریقے سے یا کسی دوسرے طریقے سے مل جاتا ہے میں تو قرب الہی عاقبت کی تیاری کو کہتا ہوں اور اسے ہنستے کھیلتے کرنا ہی صحیح راستہ ہے انسان کو چاہیے کہ اپنی عاقبت کو صحیح کرنے کے ساتھ ساتھ اپنی زندگی بھی آسان کرے اپنی اندرونی صلاحیتوں کے استعمال کے ساتھ اور پھر اپنے ساتھیوں کی زندگی میں اسی طرح مدد کرے ہر مشکل کا حل موجود ہو ہر بیماری تکلیف کا حل اللہ نے دنیا میں بنایا ہے ہر مسئلے، جنگ و امن میں انسان اپنے ساتھیوں کی مدد کرے اگر وہ حق پر ہوں تو یہ ان کا ساتھ دے انصاف پسندی اور حق پرستی کو کبھی نہ چھوڑے جو بھی مسئلہ ہو روحانی رہنمائی استخارے یا نفسیاتی مدد سے اس کا دنیاوی علوم و عبادت سے آسان ترین حل نکالے یہی صحیح راستہ ہے اور یہی قرب الہی ہے۔



ایک گھنٹہ تک درود شریف پڑھنے کے بعد آپ میں اتنی انرجی (نور) جمع ہو جائے گا جو کہ روحانی ترقی کیلئے کافی ہے۔ میرے برسوں کے تجربے میں آیا ہے کہ ایک گھنٹے روز سے کم کا درود روحانی ترقی کے لیے کافی نہیں ہوتا۔

ورد کے اثرات کو نور سے دیکھیں۔ شروع شروع میں آپ کو اس میں طف نہیں آئے گا مگر کچھ وقت کے بعد آپ کو اس کے پڑھنے میں مزہ آنے لگ پڑے گا۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ورد چل پڑا ہے۔ ورد کو زیادہ تیزی سے مت پڑھیں ورنہ سر کی نیس وغیرہ کھینچ جاتی ہیں اور انسان پر سکون نہیں رہتا ہے۔

ورد کی آگلی اسٹیج یہ ہوتی ہے کہ کچھ عرصے کے بعد آپ کو اپنی گرمی گری سی لگنے لگ پڑے گی۔ آپ کو اپنی گرمی میں کچھ حرکت سی اور گرمی سی محسوس ہوگی۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ کی روحانی انرجی (نور) متحرک ہونے لگ پڑی ہے۔ کبھی کبھی صرف سر میں ہی گرمی محسوس ہوتی ہے۔

اس کے بعد آپ محسوس کریں گے کہ آپ کے کام آسان ہونے لگ پڑے ہیں۔ آپ میں زیادہ جسمانی توانائی اور زیادہ خود اعتمادی آنے لگ پڑے گی۔

سچے خواب بھی آنے لگ پڑتے ہیں لیکن اس وقت صرف ضروری یہ ہے کہ کسی چیز (جیسے سامنے والے خرچے، بل وغیرہ) سے نہ ڈریں ورنہ وہاں ہی پھنس کر رہ جائیں گے۔

پھر آپ کے گھر میں مختلف قسم کی حرکتیں بھی شروع ہو سکتی ہیں۔ گھر میں کبھی کبھی عجیب و غریب خوشبو آنے لگ پڑے گی۔ گھر میں کبھی کبھی چیزیں بھی خود بخود ہلنے اور گرنے لگ پڑتی ہیں۔

کبھی کبھی گھر میں کچھ چھوٹی موٹی چیزیں دقی طور پر غائب ہو جاتی ہیں۔ کچھ وقت کے بعد وہ ہی گم شدہ چیزیں اپنی جگہ پر پڑی مل جاتی ہیں۔ اسی میں کچھ لوگوں کو محسوس ہوتا ہے۔ کہ کوئی شخص یا ہستی ہر وقت ساتھ ہے۔ اسکو کچھ لوگ بزرگوں کی روح وغیرہ بھی سمجھتے ہیں تو پھر وہی بن کر

## روحانیت میں پہلا قدم اور سفر

روحانیت میں پہلا قدم یہ ہے کہ منفی سوچ سے مثبت سوچ کی طرف چلیں۔ اس میں پہلے مثبت سوچ کو سمجھا جائے۔ اس کی تشریح پیچھے کتاب میں کر دی گئی ہے۔

اس میں پہلے کچھ وقت Flow کے ساتھ چلنا سیکھیں یعنی مثبت سوچ ذہن میں رکھ کر خود کو ششیں کرنا ترک کر دیں۔ اور خود کو وقت کے بہاؤ میں جانے دیں۔ تھوڑے ہی عرصے میں آپ کی بے صبری، بے چینی، اندرونی بے سکونی ختم ہونے لگ پڑے گی۔ طریقت میں اسے راضی بہ رضا ہونا بھی کہتے ہیں۔ اس خود کو وقت کے بہاؤ میں چلتے وقت اپنے ساتھ ہونیوالی ہر ایک چیز یا واقعے کو اپنے لیے بہتری کا سبب سمجھیں چاہے بظاہر وہ چیز آپکو بڑی ہی کیوں نہ محسوس ہو جب آپ کچھ عرصہ اس کیفیت میں رہیں گے اور یہ ہر شے آپ کے لئے اچھی واقع ہونے کا نظریہ آپ کے ذہن میں پکا بیٹھ جائیگا تو پھر ہر شے آپ کے لیے بہتری کا سبب ہی ہوگی۔ مغرب میں کئی بار کی گئی ریسرچ میں آیا کہ سبھی کامیاب ترین لوگوں میں یہ عادت مشترک تھی جب یہ یقین ہو تو پھر چیزوں کو انسانی ذہن اچھی طرح اپنی طرف کھینچتا ہے۔ یہ چیز پختہ طور پر ذہن میں بٹھانے کے بعد ہی انسان اس سے صحیح طور پر مستفید ہو سکتا ہے۔ ساتھ ساتھ درود ابراہیمی (یا کوئی بھی اچھا ورد) کا بھی ورد شروع کر دیں آپ کے اندر کی روحانی طاقت خود ہی ضرورت کی چیزوں کو آپ کے پاس آپ کے راستے میں لانے لگ پڑیں گی۔

اس میں آپ نے ورد واذا کار کو بڑھانا ہے۔ اس میں آپ درود شریف پڑھنا (یا کوئی بھی مناسب ورد) شروع کرنا ہے۔ آپ نے بیس منٹ سے شروع کر کے پھر ایک گھنٹے تک لے کر جانا ہے۔ اس میں دو تہائی وقت میں اگر درود شریف ہے تو اسے بسم اللہ شریف کے ساتھ پڑھنا ہے۔ یعنی ہر دفعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم ساتھ پڑھنی ہے ایک تہائی وقت آپ نے اسے بسم اللہ کے بغیر پڑھنا ہے۔



پندرہ برس پہلے مجھے پہلی بار یہ تجربہ ہوا تھا تو میں گھبرا گیا تھا۔ کہ تیسری رات بھی یہی ہوا۔ اور میں کمرے کے اندر ہی اڑتا رہا۔ پھر کچھ دیر کے بعد میرا بستر پر موجود جسم کا شعور مضبوط ہوا تو میں نے خود کو واپس بستر پر موجود پایا۔ تیسری بار اس تجربے کے ہونے پر میں یہ فیصلہ کر چکا تھا کہ میں کمرے سے باہر جاؤں گا۔

میں جو نبی دیوار کی طرف گیا تو ڈر گیا کہ باہر نکلتے وقت کہیں دیوار کے اندر ہی پھنس کر نہ رہ جاؤں۔ اس رات میں دیواروں سے باہر نہ جاسکا۔ اس سے اگلی بار میں ہمت کر کے دیوار میں سے باہر نکل گیا اور کچھ دیر ایک پارک کے اوپر اڑتا رہا۔ پھر اگلی چند بار کے ایسے تجربات میں کچھ مقدس جگہوں پر جانے کی بھی کوشش کی۔ اور اس میں کچھ کامیابی بھی ہوئی۔ گو شروع میں ایک بار میں وہاں پہنچنے سے پہلے ہی اپنے بستر پر واپس پہنچ گیا۔

اس کے بعد مجھے پتہ چلا کہ جب آپ جسم سے نکلتے ہیں تو اس وقت اوپر ہوا میں موجود جسم میں واپس زمینی جسم میں جانے کی آرزو بڑی شدید ہوتی ہے۔ اگر اسے ختم نہ کیا جائے تو انسان جلد ہی واپس زمین پر چلا جاتا ہے۔ اس وقت اس خواہش پر توجہ نہ دیں۔ یعنی واپس جسم کا نہ سوچیں تو آپ خاصے زیادہ وقت جسم سے باہر رہ سکتے ہیں۔

اس کے بعد کچھ لوگ ایک وقت میں دو جگہ پر موجود ہوتے ہیں۔ گوان میں سے کچھ لوگوں کو خود اس کی خبر بھی نہیں ہوتی۔ شروع باب سے یہاں تک موجود تجربات میں سے خود میں بھی گزر چکا ہوں۔

کچھ لوگ اس بارے میں یہ کہتے ہیں کہ جو لوگ شعوری طور پر دو جگہ پر موجود ہوں ان کے لیے یہ ممکن ہوتا ہے کہ وہ کسی تازہ مرے ہوئے مردے کو زندہ کر دیں۔ کہ وہ اپنے دوسرے وجود کو اس مردے میں داخل کر سکتے ہیں۔ گو مجھے ذاتی طور پر اس کا کوئی تجربہ نہیں ہوا۔

اس میں کچھ لوگ اپنی پہلی جگہ سے غائب ہو کر دوسری جگہ بھی موجود ہو سکتے ہیں۔ زیادہ روحانی ترقی کے بعد کچھ لوگ ایک وقت میں بہت سی جگہوں پر بھی موجود ہو سکتے

سامنے آنے لگ پڑتا ہے۔ یہاں پر چیزیں سامنے چل پڑنے، پیسے پڑا مل جاتے ہیں سی کو بتایا تو ایسا ہونا بند ہو جاتا ہے۔

ان سب چیزوں پر حیران نہ ہوں ورنہ ترقی رکنے لگ پڑتی ہے۔ اس کا دوسرے لوگوں سے زیادہ ذکر بھی نہ کریں۔

یہاں یہ یاد رکھنا لازمی ہے کہ اپنے ہونے والی چیزوں پر حیران نہیں ہونا ہے۔ ورنہ وہ ختم ہو جاتی ہیں اور ان کا زیادہ انتظار بھی نہیں کرنا ہے۔ ورنہ ڈر اور جھنجھلاہٹ شروع ہو جاتی ہے۔ پھر یہ کیفیت بھی ہونے لگ پڑتی ہے کہ آپ رات کو بستر پر لیٹے ہوئے ہیں آپ نیم نیند کی حالت میں ہیں یا آپ کی آنکھ کھلتی ہے تو آپ کی چھاتی میں گرمی اور بے چینی سی محسوس ہوتی ہے پھر آپ اپنے جسم سے نکل جاتے ہیں۔

یہ جسم سے نکلنے کا تجربہ بھی خوب ہوتا ہے۔ قدرت اللہ شہاب صاحب نے شہاب نامے میں اپنے ذاتی تجربے کا بھی ذکر کیا تھا۔ مشہور آرٹسٹ طلعت صاحب (حال نسیم کینیڈا) نے بھی مجھے اس طرح بتایا تھا۔

اس وقت آپ کو یہ شعور ہوتا ہے کہ آپ جسم سے نکلے ہیں اور آپ کا زمین سے اوپر والے (باہر نکلنے والا) جسم کا شعور زیادہ ہوتا ہے لیکن جو عام جسم بستر پر موجود ہے اس کا بھی شعور ہوتا ہے۔

پھر آپ کمرے میں اڑ رہے ہوتے ہیں۔ بیرونی جسم والا شعور جیسے اسی فیصد ہوتا ہے اور نیچے والے جسم کا شعور بیس فیصد ہوتا ہے پھر کوئی دو تین منٹ کے بعد آہستہ آہستہ آپ کے بیرونی جسم (اڑنے والے) کا شعور ختم ہو جاتا ہے۔ اسی فیصد سے یہ ستر فیصد پھر ساٹھ فیصد پھر پچاس فیصد ہوتا ہے۔ پھر جوں ہی یہ تقریباً چالیس فیصد ہوتا ہے تو اس وقت آپ کو خود کو واپس اپنے جسم میں موجود پاتے ہیں۔

یہ تجربہ دراصل آپ کے دو اجسام بننے کا پہلا اظہار ہوتا ہے۔ مجھے یاد ہے کہ جب کوئی



ہیں۔ ایک اچھا مشورہ یہ بھی ہے کہ روحانی ترقی کے شروع ہونے کے بعد کچھ عرصے کیلئے مختلف موضوعات پر کتابیں پڑھنے کی بجائے صرف روحانیت کی کتابیں ہی پڑھا کریں۔ ان میں سے کچھ اچھی کتابوں کے نام یہ ہیں، خیر کثیر (توکل امبالوی متوفی 1901)، انفاس العارفین (شاہ ولی اللہ دہلوی)، فخر العارفین (سوانحیات شاہ عبدالحی چٹاگانگ متوفی 1921)، ابریز (سید عبدالعزیز دباغ)۔

صحیح معنوں میں روحانی ترقی کے بعد آپ کو علاج بیماروں کی ٹیب و غریب صحت یابی، دعاؤں کا فوری قبول ہو جانا، ہر طرح کا کشف ہو جانا، پیشی پستی کے تجربات ہونا، گھر میں اکثر پیسے مل جانا، دور لوگوں کی چیزیں محسوس کر لینا، دور لوگوں کی مدد کر دینا۔ زبان سے نکلی ہوئی ہر بات کا اثر ہونا۔ طوفان کو روک لینا، بارش کا لانا، اسے روک لینا اس قسم کے بے شمار تجربات ہو سکتے ہیں۔

جو بھی روحانی تجربے ہوں ان پر ہرگز حیران نہ ہوں ورنہ یہ ہونے بند ہو جائیں گے۔ نہ ہی شروع شروع میں ان کا کسی سے ذکر کریں۔ ورنہ یہ بند ہو جاتے ہیں۔ پھر ان کے ساتھ نکلنے مت لگ جائیں آگے بڑھنا سیکھیں آگے بہت کچھ اور ہوگا انہی تجربوں کے آس پاس گھومتے رہے تو آگے نہیں بڑھ پائیں گے یہ تو سفر ہی سفر ہے۔ روحانی ترقی کے بعد اللہ کی رضا کو ہی مقدم رکھیں۔ ہر عبادت کو روحانی ترقی کے بجائے اللہ کی رضا کے لیے کریں اللہ تعالیٰ خود ہی آپ کا ہر قسم کا راستہ کھولتا رہے گا۔

روحانی کاموں کے بند ہونے کی مختلف توجیہات دی جاسکتی ہیں جن میں سے ایک جب آپ لوگوں سے ایسی بات کرتے ہیں تو پھر آس پاس کے لوگ ہر وقت آپ کی سب حرکات کو نوٹ کرنے لگتے ہیں اور کچھ حاسد لوگ اس کوشش میں بھی ہوتے ہیں کہ آپ کے اس عمل کو روک دیں۔ اسی طرح اگر کوئی کام نہ ہو تو اس پر خواہ مخواہ محنت نہ کریں ذور مت لگائیں ورنہ سب کچھ رکنے لگ پڑتا ہے کچھ عرصہ انتظار کریں پھر وہ کام ہو جائے گا پھر بھی نہ ہو تو اس کا خیال بھی کچھ

عرصے کے لئے دل سے نکال دیں۔

اسی طرح اگر آپ کسی بات کا دعویٰ کرتے ہیں تو آپ کو یہ ڈر ہوتا ہے کہ آپ کو اپنے دعوے میں شرمندگی نہ ہو اور جس چیز میں بھی ڈر ہو وہاں آدمی یا یقین کمزور پڑ جاتا ہے۔ اس لیے کسی بھی بات کو کرنے کے ساتھ انشاء اللہ ضرور کہیں۔ گو جہاں تک ہو سکے لوگوں سے ان تجربات کو چھپائیں۔

اس شعبے میں حسد کچھ زیادہ ہی دیکھا گیا ہے۔ اس میں کوئی زیادہ تجربہ کار لوگ حسد میں آکر آپ کا کوئی نقصان بھی کر سکتے ہیں۔ جب شروع میں مجھے ایسے تجربات ہوئے تو میں نے ان اصولوں کو نہ سمجھنے کی وجہ سے اس کا ذکر کیا تو وہ تجربات ہونے رک گئے۔

پھر ایک دن میں نے لاہور کی ایک روحانی شخصیت الازہری صاحب جو وہاں کسی کالج کے پرنسپل تھے کی کتاب میں پڑھا کہ ان کو بھی گھر میں پیسے پڑے ملتے تھے۔ انہوں نے لوگوں سے اس کا ذکر کیا تو ایسا ہونا بند ہو گیا۔

یہاں پر قلندر ایک لطیفہ بنا رہا ہے۔

”ایک کسان بھاگا بھاگا دوسرے کسان کے پاس آیا اور کہنے لگا کہ پچھلے برس جب تمہاری خچر بیمار ہوئی تھی تو تم نے اسے دوائی دی تھی۔

دوسرا کسان بولا ہاں!

پہلا کسان بولا کہ مجھے بھی وہی دوائی دے دو۔ پہلے کسان نے اسے دوائی دی وہ اسے لیکر واپس گھر کی طرف بھاگا چلا گیا اور تھوڑی دیر میں وہ واپس بھاگتا ہوا دوسرے کسان کے پاس گیا اور کہنے لگا کہ جب تمہاری خچر بیمار ہوئی تو تم نے اسے یہی دوائی دی تھی؟

پہلا کسان بولا ہاں!

اس پر دوسرا کسان کہنے لگا لیکن میری خچر تو وہ دوائی کھاتے ہی مر گئی ہے۔



پہلا کسان کہنے لگا کہ میری خچر بھی دوائی کھاتے ہی مر گئی تھی۔

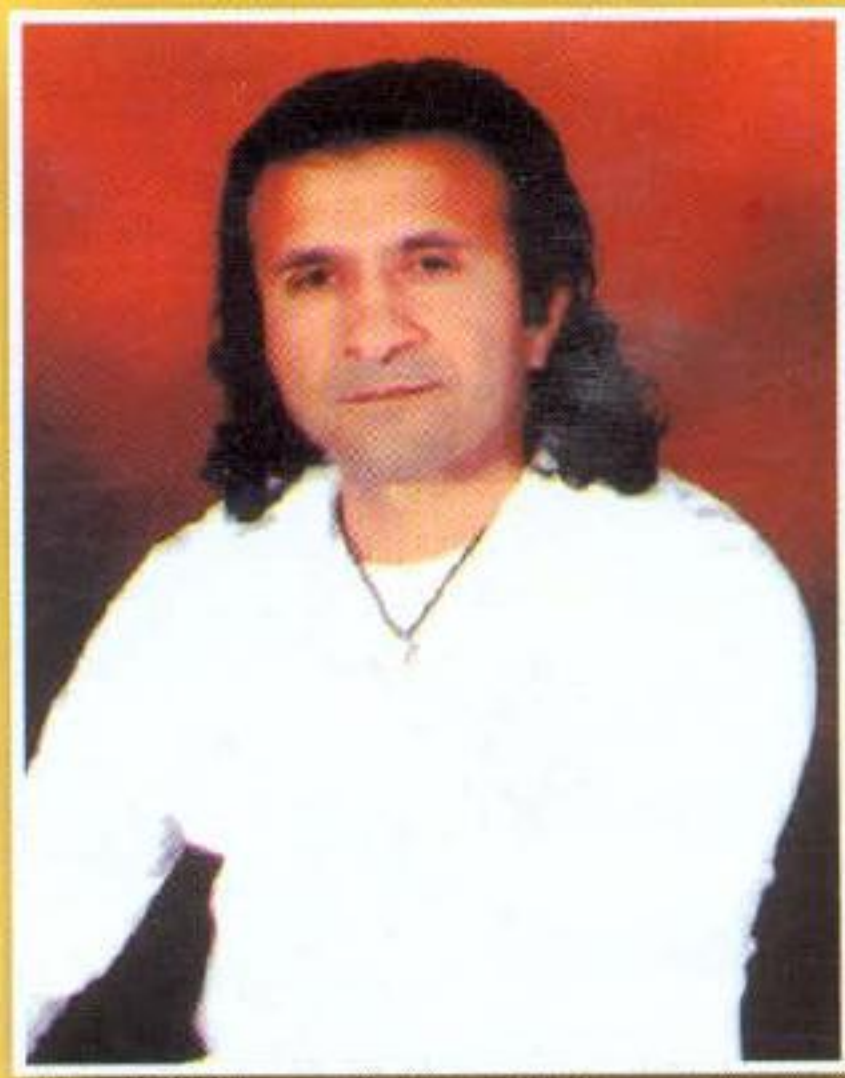
قلندر کا مجھ پر یہ طنز بڑا معنی خیز اور بروقت تھا۔ میرے ساتھ بھی اس کسان والے واقعات ہوئے تھے۔ دھیان رکھیں کہ آپ کے ساتھ بھی کہیں ایسا ہی واقعہ نہ ہو جائے۔ کسی کا دل مت دکھائیں۔ ہمت بلند رکھیں تو کل الی اللہ پھر خود پر فیتھ پھر اپنے ورد و اذکار پر اس کے بعد اپنے سیدھے راہ پر فیتھ ہو تو بلند ہمت انسان ہر طرح کی روحانی ترقی کر سکتا ہے رسول پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ہمیں مکمل پیغام پہنچا کر پردہ فرما چکے ہیں بس سیدھی راہ، فیتھ، ورد و اذکار اور ہمت بلند رکھیں۔ ہر حالت میں اللہ کا شکر ادا کرنا سیکھیں اس کیفیت کو اکثر دل میں رکھا کریں اگر یہ کیفیت اکثر دل میں ہو تو انسان کیلئے بڑی خوش قسمتی کا سبب بنتی ہے یہ ہر سالک کیلئے لازمی ہے۔ یہ بلند حوصلہ لوگوں کی راہ ہے۔ جوش و جذبہ میں رہا کریں آپ دنیا میں محبت کے پیامبر ہیں آپ دنیا میں اللہ کے قانون کے علمبردار ہیں ہر طرح کی روحانی ترقی آپ کیلئے بالکل ممکن ہے۔ اور یہ مرد مسلمان کیلئے آسان اور بالکل ممکن سفر ہے اللہ آپ کو اس سفر میں پوری طرح کامیابی دے۔ آمین ہمت بلند رکھیں!

ہمت اور حوصلہ بلند ہونا بہت ضروری ہے آپ ہر طرح کی روحانی ترقی کرنے کے اہل ہیں۔ اس کے بعد آپ وہاں تک پہنچ سکتے ہیں پھر روحانی ترقی کے بعد (جو آپ پر اپنے کامیاب تجربات و مشاہدات کی صورت میں واضح ہوتی جائے گی) آپ راضی بارضا ہونا سیکھیں۔ ہر اچھے یا برے ہونے والے واقعات میں اللہ کی کوئی حکمت سمجھیں۔ دراصل یہ آپ کی ٹریننگ کا حصہ ہوتا ہے۔ اس چیز کو دل میں رکھنے سے ہر طرح کے شک و شبہات اور ڈر و خوف کا خاتمہ ہو جاتا ہے ورنہ یہ قدم قدم پر انسان کا راستہ روکتے ہیں۔ کیونکہ دراصل جب نوری جسم جاگ جاتا ہے وہ خود ہی اپنی ضروریات کی تمام چیزیں با آسانی (کشف و کرامات وغیرہ) جگا اور پیدا کر لیتا ہے۔

نیک نیت لوگوں کے لیے دعا گو!

قمر اقبال صوفی





یہ روحانیت اور شعور کی کتاب ہے۔

روحانیت کا شعور نہ ہو تو اس کی تلاش میں انسان عمر بھر بھٹکتا ہی رہتا ہے۔ اس سفر میں قدم قدم پر پھندے لگے ہوئے ہیں جو کہ غلط معلومات کے علاوہ جعلی عاملوں اور پیروں کی شکل میں بھی ہیں۔ زندگی کا شعور اچھے برے کی پہچان کو بھی کہتے ہیں۔ اور زندگی میں اپنی اولیت (Priorities) کو پہچاننے کو بھی کہتے ہیں تاکہ انسان سب سے ضروری چیز کو سب سے پہلے جگہ دے اور کم ضروری چیز کو بعد میں.....

زندگی کا شعور نہ ہو تو انسان خوش نہیں رہ سکتا، چاہے سونے چاندی کے ڈھیر کا مالک ہو۔ یہ کتاب نہ صرف روحانیت اور زندگی کا شعور دے گی بلکہ آپ کے اندر چھپی اس طاقت کو بھی بیدار کر دے گی جس کی مدد سے نہ صرف آپ ہر مشکل سے بچ سکیں گے بلکہ آپ کی ضرورت کی ہر چیز بھی آپ کو مل سکے گی۔ آپ روحانیت کے میدان میں بغیر کسی استاد کے مکمل طور پر ترقی کر سکتے ہیں۔ آپ ہر قسم کی کرامات کے اہل ہیں، سب کچھ آپ کے اندر ہی ہے بس صرف پہچاننے کی ضرورت ہے۔

**حق پبلی کیشنز**



2-A سید پلازہ چیٹر جی روڈ اردو بازار لاہور

PH: 7220631 Mob: 0300-9422434